

WASABI

Les restaurants japonais quartier par quartier

www.wasabi.fr



SUSHI SOLIDAIRE

WASABI SE
MOBILISE POUR
LE JAPON

MÉDITATION

UN FRANÇAIS
PEUT-IL FAIRE DE
BONS SUSHI ?

UNAGI L'ANGUILLE À LA JAPONAISE

dossier

YUZU, BIWA, UME
L'EMPIRE DES FRUIT

WEB
LANCEMENT DU SITE
WWW.MEILLEURSRESTAURANTSJAPONAIS.COM



Tél : 01 46 47 44 39

Fax : 01 46 47 44 74

www.foodex.fr

Importateur de produits alimentaires japonais

Sho Chiku Bai Sake - Shirakabe Gura - <Kimoto Junmai>



Brassé avec le riz de haute qualité Gohyaku-mangoku poli à 70% et l'eau renommée de la rivière Miya-mizu, ce Saké est fabriqué selon le très traditionnel procédé Kimoto.

Appréciez ce grand saké aux saveurs complexes, ce subtil arôme de melon, et cette agréable petite touche acide.



日本古来の伝統製法、生酛造り。
米の旨みを引き出した、
まろやかでやわらかい味わい。

Foodex vous propose toute la gamme des boissons alcoolisées japonaises

SAKE SHOCHU LIQUEURS



L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. A consommer avec modération.



Qui connaît un bon japonais ?

Dis donc, toi qui es fan du Japon, tu ne connaîtrais pas un bon restaurant japonais ? Cette question, on vous l'a sans doute posée des dizaines de fois et pourtant, vous hésitez toujours autant à recommander telle ou telle adresse.

C'est que, d'une part, vos goûts ne sont peut-être pas ceux de vos amis. Et que, d'autre part, vous n'êtes pas sûr à 100% que votre « japonais » préféré soit vraiment si bon que cela ni même qu'il soit vraiment japonais...

En fait, avouez-le, vous seriez vous-même, assez preneur d'une ou deux bonnes adresses si une âme charitable avait la bonne idée de vous les donner...

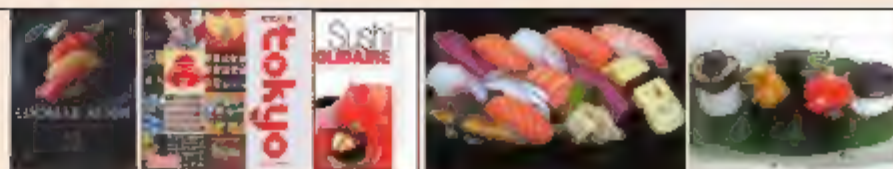
Car avec la multiplication, ces dernières années, des « faux » japonais en tous genres il est bien difficile de repérer LA bonne adresse. Celle où le chef, qu'il soit ou non japonais, pratique son art en respectant à la fois l'hygiène et la tradition. Celle où l'on peut, en confiance, commander « Omakase » (« Chef, je vous laisse décider pour moi ») sans craindre ni pour son estomac ni pour son portefeuille. Celle enfin, où la sincérité prime sur le chiffre d'affaire et où le mot « client » a encore un sens.

C'est en tenant compte de tous ces critères que nous avons lancé, en juin dernier, un site entièrement consacré à la restauration japonaise : www.meilleursrestaurantsjaponais.com. Tous les restaurants cités sur le site (il y en a plus de 500 couvrant quasiment toute l'Europe !) ont été dûment testés par nos journalistes et n'attendent que votre visite pour confirmer - ou infirmer - notre jugement.

Fidèles à l'objectif que nous nous sommes fixé : vous faire découvrir, au fil des numéros de Wasabi, les mille et une facettes de la gastronomie nipponne, nous abordons, dans la présente édition, l'*unagi*, l'anguille à la japonaise, un plat d'été que les habitants de l'archipel consomment, affirment-ils, pour reprendre des forces après les grosses chaleurs. Lisez notre dossier et surtout, goûtez l'*unagi* ! Il y a fort à parier que vous ne pourrez, bientôt, plus vous en passer !

- COUVERTURE : I. YAKA POUR WASABI
- RÉDACTION : AIBA KYOSHI, LÉONOR GRASER, TINKA KEMPTNER, CATHERINE LEMAÎTRE, GUILLAUME LOIRET, PATRICK MANASSON, RAPHAËLE MARCADAL, BRIGITTE PERRIN, JEAN-LUC TOULA-BREYSSE.
- CONSEILLERS ÉDITORIAUX : HIGASHIUCHI TOSHIMASA, DR KATHY BONAN (NUTRITION)
- CONCEPTION VISUELLE : CYRILLE MORILLON
- PUBLICITÉ : 01 42 08 50 47
- IMPRESSION : Groupe-Morault
- DIRECTEUR DE LA PUBLICATION : PATRICK DUVAL

WASABI EST UNE PUBLICATION THÉMA PRESS SARL,
40 RUE DE MOUZAIA, 75019 PARIS. TÉL : 01 42 08 50 47
MAIL : info@wasabi.fr
SITES INTERNET : www.wasabi.fr et www.chef-sushi.com
ISSN : 1767-6142



P.4-7 WASACTUS nouveaux lieux, nouvelles tendances
RESTAURANTS : Unasei, le Bar à sushi **LIVRES** : Le franponais, Made in Tokyo, Edomae sushi, Sushi solidaire. **DIVERS** : un site consacré aux porte-baguettes, un cours de cuisine japonaise végétarienne.

P.8 PASCAL BARBOT
Un peu de douceur
pour le Japon



P.10 RECETTE MANGA
Le katsudon

P.12 WEB

Les meilleurs restaurants
japonais ont enfin leur
site internet



P.14 PORTRAIT
Moi, Xavier, chef sushi français

P.16-22 WASA-DOSSIER
Unagi : L'anguille
à la japonaise

Un plat qui plaît de plus
en plus aux Français



P.23 RECETTE
Zozui de crabe royal d'Alaska



P.24 INGRÉDIENTS
L'empire des fruits

P.30 CARNET D'ADRESSES

Anthologie du franponais



« **D**any Boon a adoré ce livre ! », affirme en grosses lettres blanches la couverture. Il suffit pourtant d'y regarder d'un peu plus près pour s'apercevoir que cette fracassante déclaration est précédée, en toutes petites lettres noires de la mention quelque peu restrictive : « Un fan de ». Sur le même principe, la dernière page porte la mention « Elu meilleur livre d'humour ! » et en caractères moins accrocheurs : « par le cousin de l'auteur ». D'emblée, le ton est donné car l'intérieur de ce petit ouvrage en forme de comics trip est vraiment à se tordre. Le franponais nous explique l'auteur, inventeur du néologisme, « ressemble à du français, sonne comme du français et a même l'odeur du français mais cela n'en est point. » Le franponais est cette langue étrange que l'on peut voir fleurir sur les enseignes, les sacs et même parfois les vêtements que portent les Japonais et qui oscille entre non sens total et franchement scabreux. Au point qu'on en soupçonne quelque Français facétieux de monopoliser le marché de la traduction pour tout ce qui touche à l'espace public. Qui d'autre aurait

pu souffler à cet industriel l'idée saugrenue d'appeler sa marque de bonbons « Cucu » ou à ce fabricant de mouchoirs pour jeunes filles d'apposer le délicat nom de « Partouze » ? Ceux qui sont allés au Japon ont bien souvent piqué des fous rires devant un menu « Enfour lunch » ou un restaurant français arborant fièrement l'enseigne « Bistrot de bave ». Sans parler des innombrables boutiques « Zizi », « Belle touffe » ou « La queue ». Aidés de quelques complices, les auteurs de cet ouvrage ont patiemment collecté des centaines de photos témoignant de l'indifférence absolue des Japonais face à la signification de mots qu'ils ont trouvé assez « kawai » (mignon) pour être imprimés, parfois à des milliers d'exemplaires. On attend avec impatience la prochaine édition et d'ici là, nous autorisons à l'avance les auteurs à écrire sur la couverture que la concierge de Wasabi a adoré ce livre !

Anthologie du franponais de Florent Gorges et Mizuya, Omaké books.

136 p. 7 €. En vente chez Junkudo. A consulter également le site <http://lefranponais.fr>

Made in Tokyo

Moins drôle que l'anthologie du franponais mais répondant à une même logique de répétition sur un même thème, ce petit livre recense les milliers de signes écrits, dessinés, calligraphiés, lumineux, peints sur le sol, les façades d'immeubles, les véhicules... et qui sont autant, « d'autorisations, de recommandations, d'interdictions, d'injonctions » adressés aux habitants de la capitale. La partie « alimentation » est impressionnante avec ses dizaines de bols de nouilles en plastique, de mauvaises photos de plats chinois, de sachets de confiserie ou encore de distributeurs de boisson...

Ancien rédacteur-concepteur dans la publicité, Jean-Luc Planché a arpenté les rues de Tokyo en photographiant systématiquement tout ce qui semble dire quelque chose, fasciné par ce balbutiement silencieux de la ville qui a son esthétique propre, différente d'une capitale à une autre (le même travail a été réalisé sur Paris et Londres). Son ambition explique-t-il en préambule, est d'entraîner le lecteur dans un « manga réel » dont il devient l'acteur principal, le lecteur unique.

Made in Tokyo de Jean-Luc Planché. Editions Alternatives, 17 €. En vente chez Junkudo.



Un site consacré aux **porte-baguettes**

Hashioki signifie littéralement en japonais « ce sur quoi les baguettes sont posées ». Ils sont généralement en porcelaine mais peuvent être fabriqués en de nombreux autres matériaux et sous des formes très diverses. Les Japonais n'attachent pas une grande importance aux hashiokis qu'ils considèrent comme de simples décorations de table. Ils ont tort car lorsqu'on y regarde de près, les porte-baguettes fabriqués au

Japon sont d'une très grande variété et font souvent référence à des fêtes ou à des traditions régionales. Le site hashioki.reeve.ch, réalisé par un collectionneur suisse, réunit plus de 800 hashioki classés par thèmes (choses, créatures, plantes) et par matériau (porcelaine, laque, bois...) avec de très nombreuses explications sur l'origine ou la signification

des porte-baguettes. Conscient d'être limité dans ses choix, l'auteur du site a décidé d'ouvrir sa collection virtuelle à toute personne qui souhaite l'enrichir.

<http://hashioki.reeve.ch>

Atelier de cuisine **végétarienne bouddhiste**

Pour la 6^e année, Mari Fujii et sa fille Komaki, spécialistes de la cuisine Shojin, viennent tout spécialement de Kamakura pour dispenser à Paris des cours de cuisine bouddhiste végétarienne.

Du mardi 22 au samedi 26 novembre elles présenteront le « sushi végétarien » où le poisson est remplacé par des légumes préparés selon les principes de la cuisine Shojin : cinq couleurs, cinq saveurs et cinq façons de cuisiner.

Le cours se compose d'explications sur les aliments et les ingrédients utilisés leur origine et leur composition ainsi que d'une démonstration pour la préparation de chaque aliment.

Participation : 23 € pour le déjeuner : Sushi nigiri, soupe, thé et gâteau japonais ; 43 € pour le dîner : Sushi nigiri, 3 tapas dans le style Shojin traditionnelle, soupe, boissons (saké, umeshu ou bière), thé et

gâteau « végétarien ». Attention, le nombre de participants étant limité à 8 personnes pour chaque séance, il vaut mieux réserver à l'avance.

Renseignements et inscriptions sur le site www.jipango.com/



“Et si c'était la sauce soja qui comptait le plus ?”



YAMASA CORPORATION
Un choix naturel



Vinaigres et assaisonnements pour sushi, tout autant appréciés des professionnels que des consommateurs, au Japon et partout dans le monde.

www.mizkan.co.uk



mizkan
Bringing Flavour to Life™



*Terutaka Izumi,
le chef du Bar à sushi.*

Le Bar à sushi

Voilà un quartier où aucun restaurant japonais de qualité n'avait jamais tenté de s'installer. C'est chose faite depuis début septembre avec le Bar à sushi, une sushiya de poche dans le même style que Comme des Poissons et, derrière le comptoir, Terutaka Izumi, un excellent sushiman qui a fait ses classes chez Hanawa.



L'un des menus à emporter du Bar à sushi.

Spécialisé dans la vente à emporter, le Bar à sushi propose également de grands plateaux pour 6 à 12 personnes et même un chef à domicile si vous souhaitez organiser une soirée sushi. Mais c'est évidemment au bar que vous apprécierez le mieux les talents de Maître Izumi en commandant à la pièce de délicieux nigiri de daurade, de bar ou de thon servis sur un riz légèrement tiède en encore de croustillants temaki d'anguille nappés d'une sauce à se damner... Le restaurant n'est ouvert, pour l'instant, qu'au déjeuner mais on peut commander des plats à emporter jusqu'à 20h 30.

Menus de midi entre 10 et 15 euros

Le Bar à sushi, 55 bd des Batignolles, Paris 8°. T. 45 22 43 55.

Ouvert tij sauf dimanche jusqu'à 20h 30.

Godzy

Autre ouverture récente dans le quartier : Godzy. Ce snack décoré façon manga propose d'être plus qu'un restaurant puisqu'il annonce, sur la façade : Le Japon autrement, cuisine et culture.

Godzy, 31 rue Legendre, Paris 17°.

T. 01 43 18 20 25.



Unasei

Il ne s'agit pas vraiment d'un nouveau restaurant mais le concept a pas mal évolué depuis le rachat de Sanshiro, en 2005, par Toshio Kuroda. Relancé sous le nom d'Isse, ce bar à tapas et à tempura est devenu, en 2008, un bar à saké particulièrement bien fourni. Il faut dire que M. Kuroda est bien placé pour les achats puisqu'il est aussi le propriétaire de Isse Workshop, une épicerie japonaise de luxe, située à quelques mètres du restaurant. En février 2011, le restaurant a été rebaptisé Unasei et est désormais présenté comme une izakaya, c'est-à-dire un bistro à la japonaise où l'on vient



mélangeant le français et le japonais.

Si l'on veut s'éviter les affres du choix de la carte des sakés, on a la possibilité de goûter le "saké du jour" à 6 euros le verre quitte à demander conseil aux charmantes serveuses pour en essayer d'autres. Et pour accompagner cette "boisson des Dieux", car c'est

dans ce sens là que ça se passe, un coup d'œil sur le tableau noir suffit. Nous avons trouvé l'agedashi dofu (tofu frit) absolument délicieux, bien chaud dans sa gaine de féculé translucide et surmonté, comme au Japon, de bonite séchée qui semble danser dans le plat. Si le porc grillé au yuzu nous a paru un peu sec, nous avons en revanche apprécié le blanc de poulet frit fourré au shiso et au... brie : une vraie trouvaille ! Bon point également pour la sérieole grillée au yuzu épicé, un poisson très populaire au Japon mais curieusement assez rare en France alors qu'on en pêche paraît-il de très belles en Méditerranée. Enfin, ne faites pas comme nous en partageant une crème brûlée au thé grillé : prenez-en une chacun !

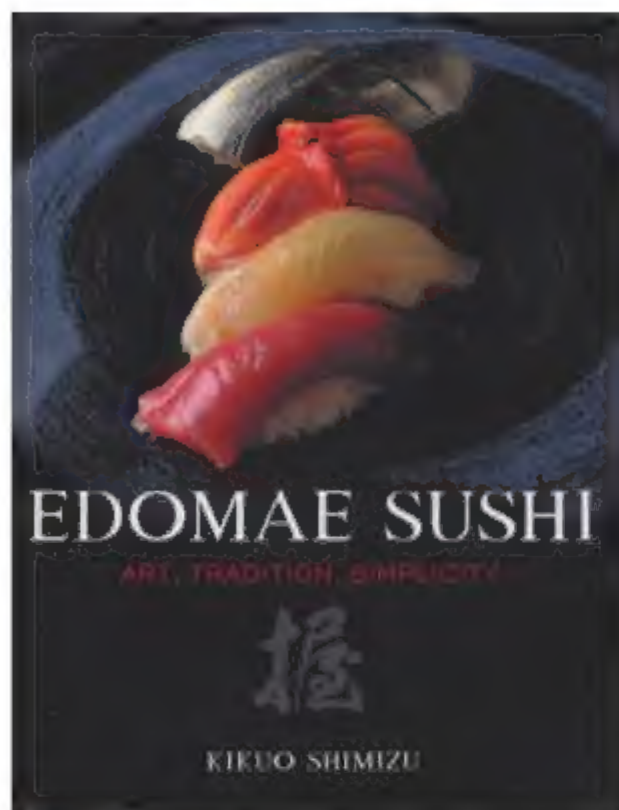
Unasei, 45 rue de Richelieu, Paris 1°.

T. 01 42 96 26 60. Mieux vaut réserver.

F. sam et dim.

Edomae sushi

Art, tradition, simplicity



La technique vient avec la répétition, explique Kikuo Shimizu qui sait de quoi il parle puisqu'il est chef sushi à Tokyo depuis 1955 ! Aujourd'hui encore, affirme-t-il, je continue d'apprendre tous les jours car chaque poisson est différent.

Tout au long de cet ouvrage magnifiquement illustré, Maître Shimizu donne sa vision personnelle du sushi tel qu'il a été inventé, au XIXe siècle, au bord de la baie d'Edo, l'ancien nom de Tokyo.

Comment faire un bon riz à sushi, comment mariner le thon, comment préparer l'anguille de mer, à quel moment de l'année tel poisson est-il le meilleur... Le chef passe en revue toutes les techniques qu'il utilise dans son célèbre restaurant d'Akasaka, expliquant à chaque fois pour quelles raisons on agit ainsi. Bien plus qu'un livre de cuisine, cet ouvrage, empreint de sincérité et de modestie, est non seulement un véritable traité de philosophie « sushiesque » mais c'est aussi un formidable révélateur de l'âme japonaise.

Edomae sushi de Kikuo Shimizu (en anglais). Kodansha International, 112 p. 27€.

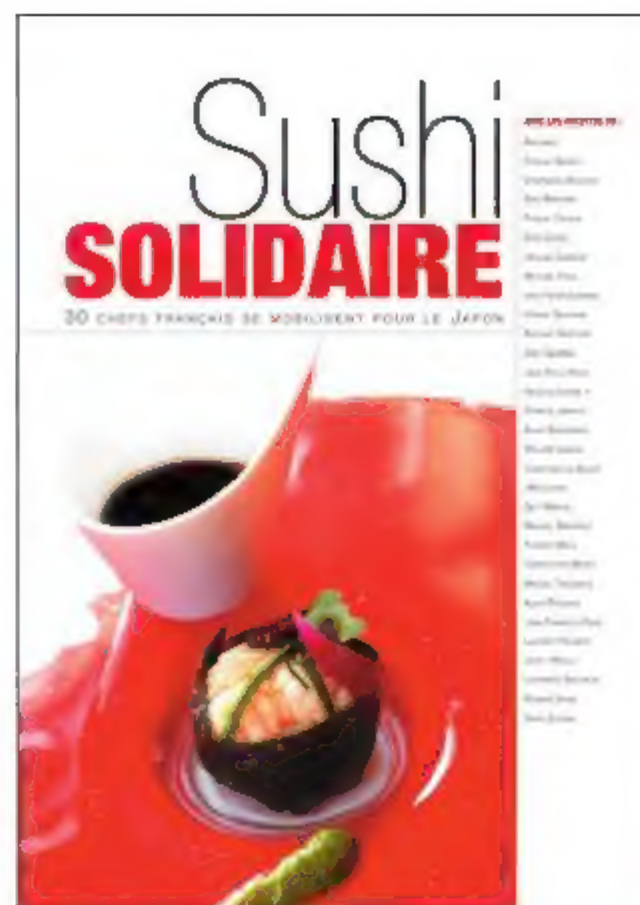
Sushi solidaire

Sollicités par Wasabi pour cet ouvrage collectif une trentaine de grands chefs français ont accepté d'apporter leur contribution sachant que tous les bénéfices du livre seront versés à des associations venant en aide aux victimes du tsunami de mars dernier.

Le point commun de tous ces chefs : une même passion pour le Japon et sa culture même s'ils n'utilisent pas, ou très peu, d'ingrédients japonais dans leur cuisine. Tous y sont allés au moins une fois et certains, comme Pierre Gagnaire, y ont même ouvert des restaurants.

Chacun a bien voulu imaginer, pour le livre, un sushi (ou un maki) original et en donner la recette. Le résultat : un ouvrage unique et fourmillant de bonnes idées, presque toutes faciles à réaliser à la maison : sushi de dorade marinée au citron signé Thierry Marx (Le Mandarin Oriental), sushi « légumier » inventé par Alain Passard (L'Arpège) ou encore sushi en chocolat signé Jean-Paul Hévin.

Si certains chefs sont restés relativement proches de la tradition en utilisant comme base du riz et du poisson (c'est le cas d'Alain



Senderens, de Pierre Gagnaire ou de Jean-François Piège), d'autres ont pris plus de liberté. Ainsi, par exemple, Eric Coisel (restaurant Prunier à Paris) a créé un sushi polenta/caviar et Laurence Salomon (restaurant Nature et saveur à Annecy), un maki aux fraises et au chèvre frais.

En offrant ce livre comme cadeau de Noël à vos amis, non seulement vous leur ferez plaisir mais vous ferez vous aussi une action de solidarité envers les victimes du tsunami.

Sushi solidaire, Editions Thema Press. 25 €.

A commander sur www.wasabi.fr



LA CUISINE JAPONAISE EST UN JEU D'ENFANT

Hugo Yoshikawa, dessinateur de manga, et Daizo Hashida, cuisinier, se sont associés pour proposer aux lecteurs de Wasabi des recettes de cuisine japonaise très simples à réaliser

Nous commençons avec le :

KATSUDON

PORC PANÉ AUX ŒUFS

INGREDIENTS (pour 4 personnes)



4 tonkatsu



un oignon



4 œufs



4 bols de riz



dashi au shoyu (600ml)

POUR LE TONKATSU, IL FAUT D'ABORD PANER 4 FILETS DE PORC PASSÉS DANS LE JAUNE D'ŒUF ET LA CHAPELURE



POUR LE KATSUDON ET LE OYAKODON, ON UTILISE UNE POÊLE SPÉCIALE QUI S'APPELLE "OYAKO NABE"

C'EST UNE PETITE POÊLE AVEC UN MANCHE VERTICAL

15-20 cm
C'EST BIEN

MAIS NE T'INQUIÈTE PAS, MÊME AU JAPON TOUTES LES FAMILLES N'ONT PAS LE "OYAKO-NABE" ET ON PEUT UTILISER UNE PETITE POÊLE À LA PLACE

CERTAINS MODÈLES SONT VENDUS AVEC UN COUVERCLE





1. Découpe l'oignon en lamelles



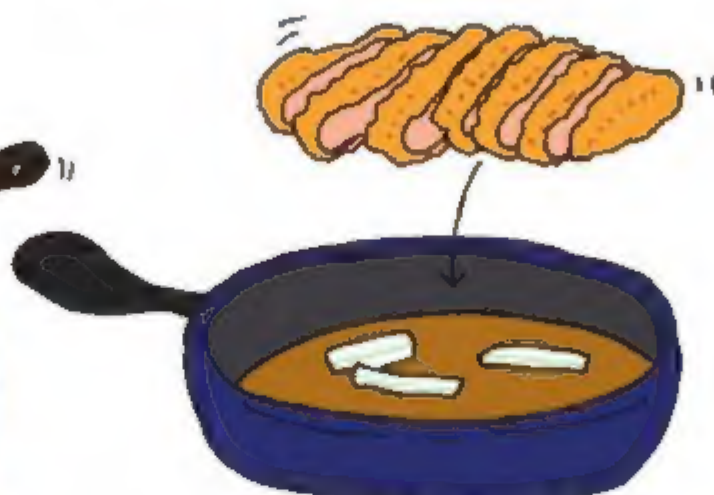
2. Réchauffe dans une petite poêle (15-20cm) 150ml de dashi et porte à ébullition



3. Jette-z-y un quart de l'oignon et fais dorer (environ 5mn)



4. Coupe les filets de porc en tranches d'environ 2cm de large



5. Une fois l'oignon cuit, baisse le feu et place le tonkatsu dans la poêle



6. Bats deux œufs dans un bol



7. Verse l'œuf battu dans la poêle



8. Fais glisser l'ensemble sur le bol de riz



FAIS CUIRE L'ŒUF SUIVANT TON GOÛT

MAIS AU JAPON ON N'AIME PAS LES ŒUFS TROP CUITS...

IL FAUT FAIRE ÇA QUATRE FOIS MAINTENANT !

9. Tu peux émietter de l'algue nori et ajouter un peu de ciboule pour donner encore plus de goût

Wasabi lance le site meilleursrestaurantsjaponais.com

EN 2009, WASABI PUBLIAIT « ITADAKIMASU », LE PREMIER GUIDE DES « VRAIS » RESTAURANTS JAPONAIS EN FRANCE ET EN EUROPE. L'OUVERTURE, QUASIMENT CHAQUE SEMAINE, DE NOUVEAUX ÉTABLISSEMENTS DE QUALITÉ, NOUS A INCITÉS À CRÉER UN SITE VOUS INFORMANT EN TEMPS RÉEL DES CRÉATIONS LES PLUS RÉCENTES

Par Patrick
MANASSON

Depuis le 1^{er} juillet dernier, il suffit de taper www.meilleursrestaurantsjaponais.com (ou www.bestjapaneserestaurants.com) pour avoir accès, gratuitement, à plus de 500 restaurants testés et commentés par Wasabi non seulement en France mais dans la plupart des pays européens.

Si, par exemple, vous passez un week-end à Milan, Meilleursrestaurantsjaponais.com ne vous proposera pas moins de 7 restaurants japonais tous dûment essayés et commentés. Idem pour Bruxelles (4), Madrid (6), Oslo (4), Moscou (7)... et 10 autres grandes villes européennes.

La France est de loin le pays le mieux représenté et notamment Paris qui, avec près de 150 restaurants classés par arrondissements et



par spécialités, est la ville européenne la plus gâtée en matière de gastronomie nipponne. Conçu pour être consultable facilement lorsqu'on se trouve dans une ville qui n'est pas la sienne, le site propose, pour chaque ville, une sélection des meilleurs restaurants japonais tous repérés sur une carte Google Maps. L'internaute trouvera, pour chaque établissement, quelques exemples de menus ainsi que des photos de plats et/ou d'ambiance.



*Athènes, Zurich,
Paris... Wasabi a
écumé les
meilleurs Japonais
d'Europe.*





Récentement
découvert par la
rédaction Qui
Plume à une sert
une cuisine
d'inspiration
japonaise

Grâce à un système de traduction intégré, les commentaires sont disponibles instantanément dans presque toutes les langues

Plusieurs rubriques fort utiles complètent cet annuaire : une présentation générale de la cuisine japonaise, un blog sur les tout derniers restaurants découverts par la rédaction ainsi qu'une « bibliothèque » recensant les principaux ouvrages consacrés à la gastronomie nipponne

D'autres rubriques pratiques viendront peu à peu s'ajouter au site dont nous espérons qu'il vous aidera à repérer les « bons » japonais, c'est-à-dire ceux qui ne trichent ni avec la qualité des produits ni avec les techniques de préparation

Nous n'avons pas voulu, pour autant, nous limiter aux restaurants traditionnels ou à ceux tenus exclusivement par des Japonais. La cuisine étant un art vivant, qui évolue sans cesse, nous référençons sur le site quelques restaurants moins conventionnels comme ceux proposant une cuisine française « d'inspiration » japonaise, soit parce que le chef est japonais, soit parce que les ingrédients utilisés le sont en partie

Vous pouvez, vous aussi, contribuer à enrichir le site en nous faisant partager vos coups de cœur ou en postant vos commentaires et vos réactions à nos critiques.

www.milleursrestaurantsjaponais.com
et www.bestjapaneserestaurants.com



年に一度お盆の数日だけの出逢い

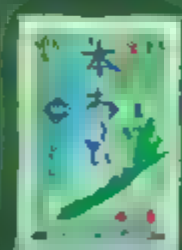
Wasabi: un légume qui a du piquant
Kinjirushi garantit sa fraîcheur pour un maximum
de saveurs



Wasabi (YKA-250)
250g (8.8oz)



Wasabi (PO-1)
100g (3.5oz)



Wasabi (FS-206)
100g (3.5oz)



250g (8.8oz)



Wasabi (PO-1)



Wasabi (PO-1)

Numéro un japonais du marché professionnel

金印わさび

KINJIRUSHI SALES CO., LTD.

Contact

Paris office 9, rue de l' Echelle-75001 Paris
E-mail: wasabi-fr@kinjirushiwasabi.eu
URL: <http://www.kinjirushi.co.jp/french/>

Moi, Xavier, chef sushi français ...



D'AUCUNS PRÉTENDENT QUE SEUL UN JAPONAIS PEUT ÊTRE UN VRAI MAÎTRE SUSHI. APRÈS UN LONG APPRENTISSAGE DONT PLUSIEURS MOIS AU JAPON, XAVIER PENSEC A POURTANT OUVERT SA SUSHIYA À BREST ET COMPTE, PARMIS SA CLIENTÈLE, DE NOMBREUX JAPONAIS...

Xavier et son épouse jouant, pour une fois les clients

Par Patrick
MANASSON

J'ai toujours été passionné par la mer. Avant de m'intéresser aux sushi, j'habitais une petite maison face à la mer en Bretagne et je partais tous les matins sur ma planche de surf. Et puis un jour, j'ai fait ce rêve très étrange : je suis assis sur la plage lorsque, soudain, je me sens attiré par l'océan. Je rentre dans l'eau et je crie : vite, il faut le sauver ! C'était un poisson emprisonné dans un filet. Au moment où je le libère, le poisson s'adresse à moi et me dit 2 choses : tu dois utiliser le talent que tu as dans tes mains mais il faut aussi que tu apprennes à connaître tes limites. J'ai pris cela comme un signe : peu de temps après, j'ai vendu ma maison et je suis parti à Tokyo avec la ferme intention d'apprendre le métier de chef sushi.

Je me suis aussitôt inscrit dans une école de sushi pour étrangers. J'y suis resté 3 semaines ce qui était à peine suffisant pour apprendre le b.a.-ba. Puis, j'ai réussi à convaincre 2 chefs sushi de me donner des cours à domicile et

j'ai commencé à travailler les techniques de sushi mais au bout de deux mois, j'étais toujours débutant. Du reste, même aujourd'hui, après 4 ans de pratique, je me considère toujours en apprentissage.

Quand je suis rentré en France, j'ai décidé de compléter ma formation auprès de chefs japonais confirmés. J'ai eu la chance d'être accepté comme stagiaire d'abord au Meiji, auprès du chef Hitoshi Saito, puis chez Comme des poissons avec M. Kino. Tous deux ont été de très bons maîtres et même si je passais surtout mon temps à gratter le poisson et à faire la plonge, ils me permettaient de les regarder travailler et c'est comme cela que j'ai appris le plus. Je leur suis très reconnaissant de m'avoir accueilli car je sais à quel point c'est difficile, pour un Japonais, d'avoir en permanence à côté de lui un débutant qui ne parle même pas japonais..

Six mois après avoir entamé mon apprentissage, je ne me sentais pas vraiment prêt à me

Adresse

■ **Hinoki,**
6 Rue des 11 Martyrs,
29200 Brest.
T. : 02 98 43 23 68

Chef Sushi : une méthode franco-japonaise

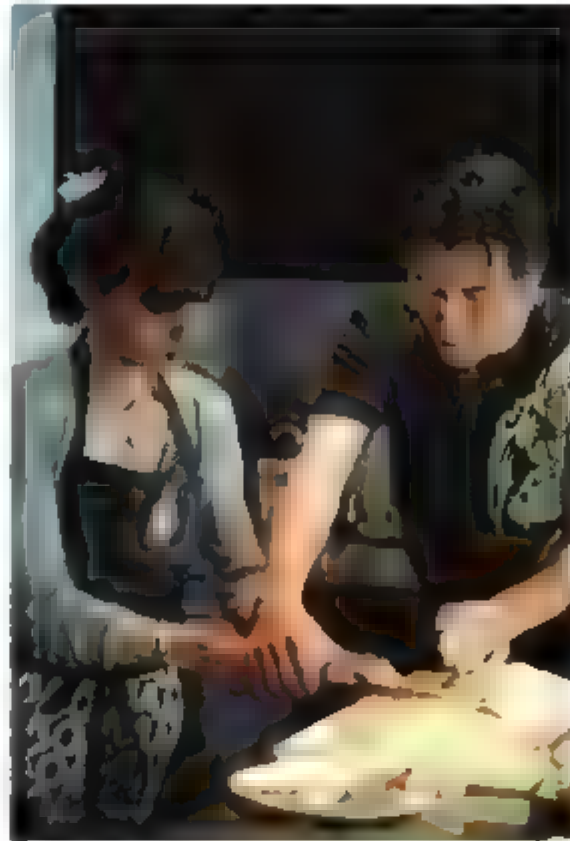
C'est en janvier 2009 qu'est née, à l'initiative de Wasabi, Chef-sushi, la première école de sushi en France. Patrick Duval, son directeur, explique comment il a mis au point, avec Kiyoshi Aiba, responsables des cours, une méthode spécifiquement conçue pour des « élèves » français.

lancer comme chef sushi mais soutenu par ma compagne japonaise (rencontrée lors de mon séjour là-bas), j'ai décidé d'ouvrir mon restaurant à Brest. Elle avait pourtant quelques doutes au début car, ayant visité les étals de poissonniers, elle était catastrophée par la mauvaise qualité des poissons proposés comparés à ceux qu'on trouve au Japon.

Très vite, j'ai compris qu'il serait difficile de faire ici des sushi « comme au Japon » et que, d'ailleurs, cela n'était pas souhaitable. Ma femme elle-même m'a fait comprendre que l'esprit du sushi, c'est davantage travailler avec des produits locaux que tout importer du Japon. « Le sushi, m'a-t-elle dit un jour, c'est comprendre le goût de l'océan près duquel on habite ».

Mais il n'y a pas que la question du produit qui compte dans la qualité des sushi. D'une façon générale, on peut dire que les Français n'ont pas le même degré d'exigence que les Japonais. Alors que le Français agit de manière très cérébrale, avec son ego, le Japonais est d'abord dans l'écoute, le ressenti. Ça fait toute la différence ! Si je devais résumer d'un mot la première qualité d'un chef sushi, qu'il soit français ou japonais, je dirais que c'est la sincérité. Or dans la plupart des restaurants, en France, le sushi, c'est d'abord un business, un concept. Ce n'est pas la voie que j'ai choisie. Même si cela me prend plus de temps, je vais chaque matin, moi-même, chercher mon poisson que je sélectionne pièce par pièce et toujours en fonction de la saison. De même, pour le riz, je fais attention à chaque détail : le temps de cuisson bien sûr, mais aussi la qualité du vinaigre de riz, celle du récipient dans lequel je fais le mélange et, aussi la température à laquelle je le sers. Au bout de 4 ans, je commence tout juste à savoir le faire...

Mon objectif n'est pas de devenir un maître mais d'essayer de m'améliorer petit à petit et de savoir que mes clients, même s'ils sont japonais, apprécient mon travail. ■



gestes sur une daurade. Le résultat de la première découpe n'est pas forcément très professionnel mais ce qui importe c'est que l'élève « sente » le mouvement

■ Apprendre en s'amusant

Contrairement aux Japonais, les Français n'aiment pas répéter indéfiniment les mêmes gestes pour arriver à les maîtriser. Très vite, ils s'ennuient et, pour éviter la répétition changent, interprètent, bref s'éloignent inexorablement de la technique de base. Ils apprennent en revanche beaucoup mieux lorsque l'apprentissage ressemble à un jeu et que l'on varie les exercices. C'est pourquoi nous essayons de ne pas passer plus de 10 minutes sur le même geste. De même, pour éviter toute sensation de répétition, nous introduisons le plus possible de variété pour chaque cours : variété des poissons pour le chirashi et les sushi, variété des techniques pour le maki.

■ La tradition d'abord, l'originalité ensuite

Depuis que les sushi ont fait leur apparition en France, ce plat traditionnel japonais a été quelque peu malmené dans l'Hexagone. Certains n'utilisent pas le riz Japonica, d'autres « oublient » de l'assaisonner avec du vinaigre de riz, d'autres enfin, utilisent des ingrédients aussi peu orthodoxes que les fruits ou le fromage n'oubliant pas, en prime, de tremper le tout dans la sauce sucrée.

Nous n'avons rien contre la créativité mais nous pensons néanmoins qu'avant d'interpréter une technique, il est préférable, dans un premier temps, de l'étudier dans sa version originale. C'est pourquoi nos cours mettent l'accent sur les techniques de base, aussi bien pour les sushi que pour les maki. Nos chefs, tous japonais, ont le souci d'enseigner d'emblée la « bonne » manière de façonner le riz en boulettes ou le rouler dans une algue nori. Après tout, même des génies comme Picasso ou Dalí ont eu une formation classique.

www.wasabi.fr et www.chef-sushi.com

■ Faire sentir plutôt qu'expliquer

Les Japonais se méfient des mots. C'est pourquoi, au Japon, l'apprentissage de toute discipline passe davantage par l'observation que par la parole. Un aspirant chef sushi passera plusieurs années à regarder le Maître travailler, jusqu'à ce que celui-ci lui témoigne assez de confiance pour le laisser « toucher » le poisson. Dans nos cours, nous essayons, nous aussi de privilégier l'observation même si nous laissons tout de suite l'élève essayer par lui-même. Ainsi, pour le cours que nous appelons « les bases », le chef montre sur différents poissons la technique typiquement japonaise appelée *san ma oroshi* (découpe en 3 parties) et chacun essaie ensuite de reproduire les mêmes

Unagi

Découvrez l'anguille à la japonaise

L'anguille grillée, *unagi* en vo, est, au Japon, ce que le foie gras est à la France : un fleuron de la gastronomie nationale. Dégustée non pas à Noël mais... en plein été !

Par Tinka
Kemptner

D'un geste chirurgical, Satoshi Tokito, chef es-unagi chez Nodaiwa, ouvre le dos de la bête frétilante, puis la vide d'un geste sûr en quelques secondes avant de plonger à nouveau sa main dans le seau rempli d'anguilles pour répéter ce geste plusieurs dizaines de fois chaque matin. Rue Saint-Honoré, au 272 précisément, coincé entre un magasin de chemises et un coiffeur, se préparent ce que beaucoup considèrent comme les meilleures anguilles hors du Japon.

Cela fait 15 ans que l'annexe de la prestigieuse enseigne japonaise Nodaiwa (Tokyo) convertit les gourmets du parisiens au culte de l'anguille, ou plutôt de l'*unagi* son nom nippon. Au début, les fidèles étaient presque uniquement des Japonais, touristes ou résidents mais depuis quelques années, les Parisiens se sont à leur tour laissés séduire par cette façon très originale de déguster ce poisson. ■■



- Sitôt ouvert, le poisson est levé en filets et enfilé sur de petites brochettes. Tout va staccato : à midi, il sera servi sous forme de *kabayaki*, une délicatesse parmi les plus nobles de la gastronomie japonaise. Pour mériter ce nom, il sera d'abord grillé côté peau pour dégraisser, puis cuit vapeur pour s'attendrir, avant d'être nappé d'une sauce sucrée (une sauce dont chaque maison garde jalousement la recette) et grillé de nouveau. Cette dernière étape sera répétée trois à quatre fois, jusqu'à ce que la chair soit caramélisée à point. Le tout sera servi sur un lit de riz blanc, façon *inadon* (dans un bol) ou *inajin* (dans une boîte laquée).

Si le restaurant brûle, sauvez la sauce !

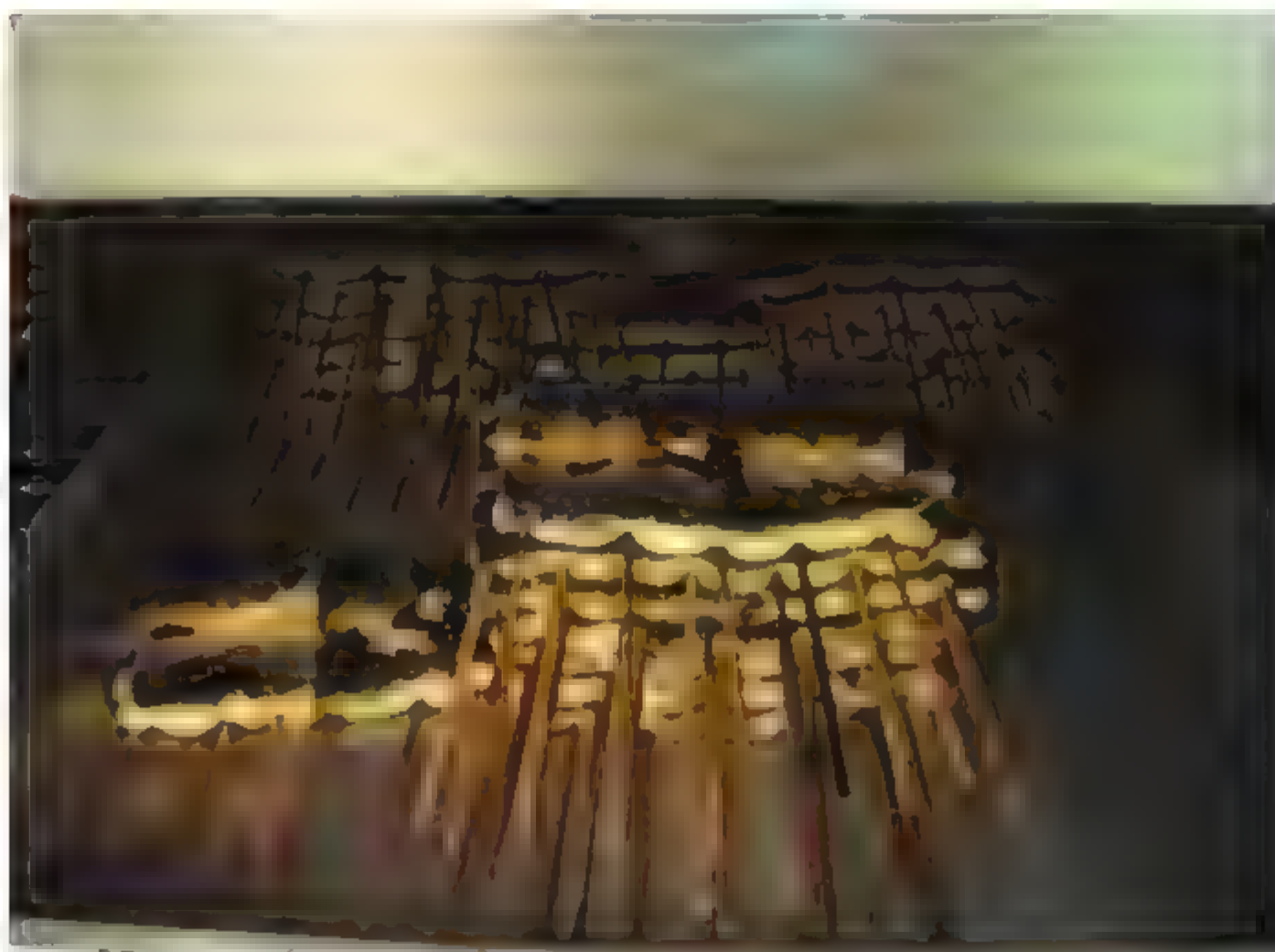
Dans les bons établissements, il va de soi de s'approvisionner en anguilles vivantes (celles de Nodaiwa Paris viennent d'Europe du Nord). Pour savoir si votre *kabayaki* frétille encore le matin même, il suffit de plonger votre nez dans le *sumono*, le bouillon qui l'ac-



Sushi à l'anguille servi au restaurant Yabase (Paris 14e)

compagne traditionnellement. Si vous y voyez flotter un morceau de foie d'anguille, vous ne vous êtes pas trompé d'endroit : les anguilles préparées à l'avance sont livrées déjà éviscérées... Le plat s'accompagne en général aussi d'une petite coupelle garnie de *dainon* (radis blanc) finement râpé. On en avale en petite

Enfilées sur de fines baguettes, les anguilles seront ensuite passées au grill



quantité entre chaque bouchée, afin, dit-on, d'équilibrer le palais saturé de lipides par une note de fraîcheur végétale.

Ailleurs, certes, on sait aussi apprécier l'anguille. Dans le Bordelais, on la noie dans du vin, au pays basque on la sert à l'escabèche et en Alsace « au vert », les Anglais la préfèrent *pickled* et les Italiens marinée dans du jus d'agrumes. Mais personne ne choie ce poisson comme les Japonais, ses premiers consommateurs au monde. Pensez : le plus ancien recueil de poèmes nippon, le *Manyôshû* (313-759), le célébrait déjà. Jadis, on l'embrochait sur une fine branche de roseau pour le rôtir au dessus du feu. Au 17^e siècle, à l'époque Edo, la recette se peaufine pour

devenir celle que l'on connaît aujourd'hui : le *kabayaki*. Le nappage, à base de sauce soja et de mirin (saké doux utilisé en cuisine), deviendra la fameuse sauce *tare*, dont chaque restaurant prétend posséder une recette unique. Dans les établissements les plus traditionnels, au Japon, cette sauce se fait en allongeant la sauce de la veille depuis parfois plus d'un siècle... Et si le restaurant brûle, c'est le pot de sauce qu'on devra sauver en priorité. Autre ingrédient inséparable de l'anguille grillée : le *sanshō*, ou poivre de Sishuan, une épice à mi-chemin entre le poivre et le citron... (voir Wasabi N°26) qu'on saupoudre au dernier moment.

L'appétit des Japonais pour la chair fondante ■■

L'anguille d'Imamura Shohei

Nous ne résistons pas à l'occasion qui nous est donnée de rappeler aux cinéphiles que *L'Anguille* est le titre d'un chef-d'œuvre d'Imamura Shohei qui a obtenu pour ce film sa 2^e Palme d'Or à Cannes en 1997 (la première avait récompensé la *Ballade de Narayama* en 1983). Le film raconte l'histoire d'un homme qui a tué sa femme surprise aux bras de son amant et qui, après avoir purgé sa peine, confie ses états d'âme à... une anguille. Derrière cette étrange trame se cache un film d'une grande profondeur (comme d'ailleurs tous les films d'Imamura) dont on peut lire une brillante analyse sur le site Cadrage.net (<http://www.cadrage.net/films/anguille.htm>) signée Marc-Jean Fraire, professeur agrégé de Lettres modernes à Beziers.





Arrivage de légumes BIO et oeufs BIO!



Tomate Epinard
Chou Cornembole
Carotte Basilic
Pomme de terre
etc.

très frais!



Boutique Kioko

www.kioko.fr Frais de ports gratuits à partir de 25€ d'achat

*offre valable uniquement pour la France métropolitaine



Magasin 46, rue des petits-Champs 75002 Paris
tel 01 42 61 33 65
mardi au samedi 10h-20h dimanche 11h-19h

Pour les professionnels tel 01 45 21 46 99
lundi au vendredi 8h-16h



l'été japonais sans anguille, c'est comme un Noël français sans foie gras. Inconcevable. Tout de même, quelle idée de se gaver d'un poisson aussi gras quand il fait aussi chaud ! C'est vrai qu'en cas de canicule, tout Occidental normalement constitué se ruera plutôt au rayon gaspacho. Mais au Japon, on ne raisonne pas de la même manière. On estime là-bas que les bonnes graisses (oméga 3 !) de l'*unagi* ainsi que sa richesse en vitamines A, E, B1 et B2 n'ont pas leur pareil pour donner du punch pendant cette période éprouvante (35° à l'ombre est chose courante à Tokyo en juillet-août). Il existe même une journée de l'anguille, (doyo no ushi no hi), aux alentours du 20 juillet (le jour exact change avec le calendrier lunaire). De là à prêter des propriétés aphrodisiaques à la bête il n'y avait qu'un pas. Les mauvaises langues diront que tout cela n'est que pure invention. Le boom estival de l'anguille remonterait à un coup marketing ficelé par les poissonniers de l'époque Edo. Quoi qu'il en soit, l'anguille façon nipponne est délicieuse toute l'année. Pour ■



Votre maison à Kyoto* à partir de 420 euros la semaine

Vivre le Japon vous propose un hébergement en maison individuelle traditionnelle pour découvrir Kyoto en toute liberté, de 420 euros à 1050 euros la semaine (*ou à Tokyo)

Vivre le Japon

01 42 61 60 83

48, rue Sainte-Anne, 75002 Paris

www.vivrelejapon.net

L'anguille en sushi à Paris et à Nice

L'anguille grillée et caramélisée est également délicieuse en sushi ou en maki.

Le tout nouveau Bar à sushi (55 boulevard des Batignolles, Paris 8e) en a fait l'une de ses spécialités et propose l'anguille en cornet (temaki), en rouleau (unagi no hosomaki) ou en sushi. Le chef de ce restaurant, Terutaka Zumi, un ancien de Hanawa, est un vrai spécialiste de l'unagi qu'il prépare de façon traditionnelle à partir d'anguilles vivantes.

À Nice, le chef Keiji Sakaguchi prépare lui aussi ses anguilles lui-même et en régale les clients de son Yuzu Sushi Bar (35 rue du Maréchal Joffre, T. 04 93 85 79 87).



■ ceux qui aiment leur filet nature, il existe aussi une recette sans nappage, appelée *shirayaki* (shira signifie blanc). A noter : la façon d'ouvrir une anguille varie selon les régions. Dans l'ouest du Japon, on l'ouvre par le ventre, dans l'est dans le dos. A l'époque Edo, la méthode ventrale se heurtait à l'idéal samurai qui la réservait au seppuku, plus connu en Occident sous le nom de harakiri. Pour éviter toute association avec cette pratique, les poissonniers se sont mis à ouvrir les anguilles par le dos. Autre variation régionale : dans l'ouest de l'archipel, l'anguille est plus petite et grillée avec sa tête. Sans doute pour que les amateurs puissent lui confesser leur amour les yeux dans les yeux...



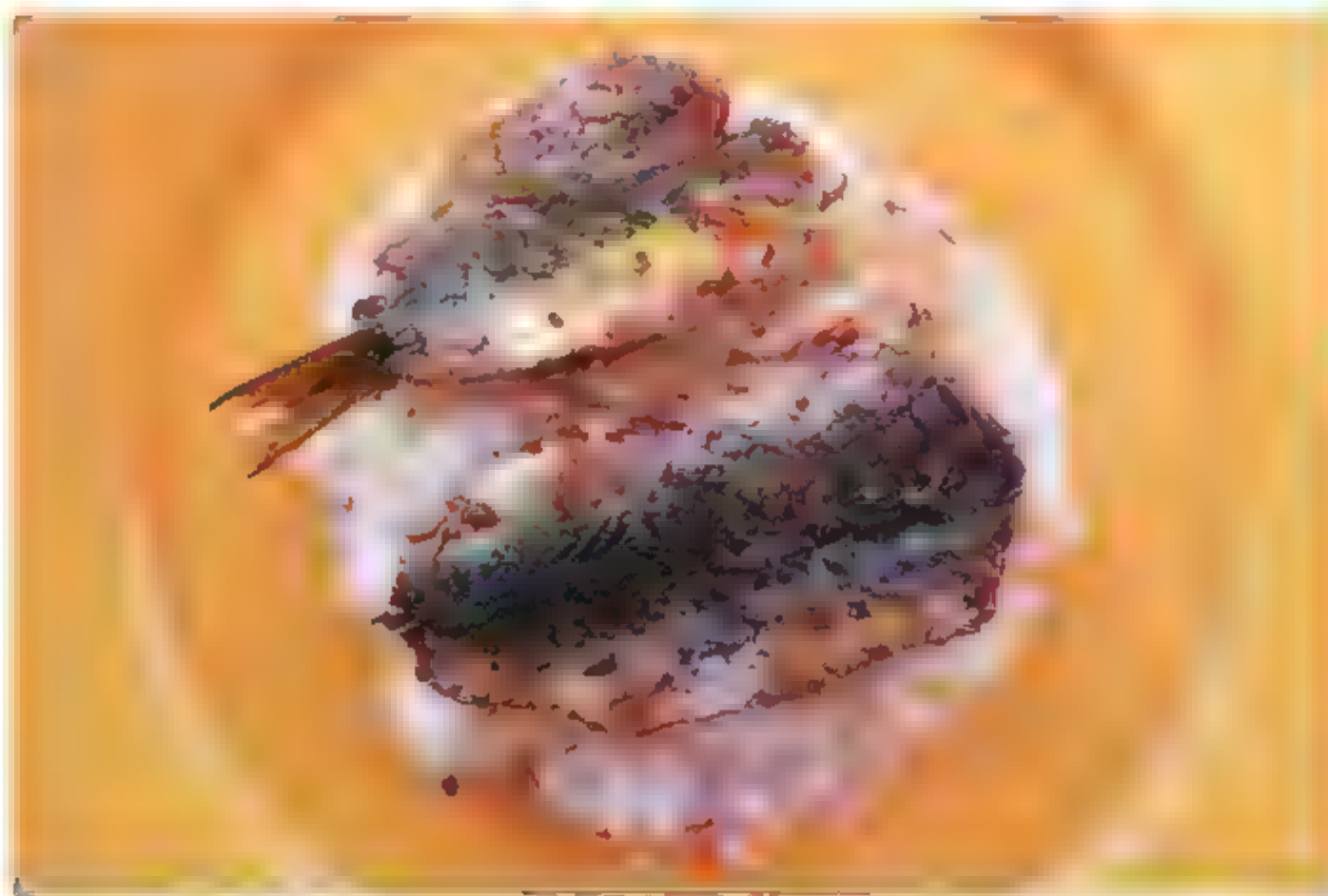
Traditionnellement, l'anguille est cuite au feu de bois

Sardines kabayaki

L'anguille étant un poisson difficile à préparer lorsqu'on n'est pas professionnel, nous vous proposons de décliner cette recette avec de la sardine. Préparez une sauce « taré » avec 3 volumes de sauce soja pour un volume de mirin (vous

pouvez éventuellement remplacer le mirin par du sucre en poudre). Ecaillez les sardines avec l'ongle de votre pouce puis coupez les têtes. Ouvrez les poissons par le ventre et videz-les. Enfin, ôtez l'arête centrale à la main ou en vous

aidant d'un couteau afin d'obtenir des filets. Faites revenir ces filets 1 minute côté peau puis 1 minute côté chair et au dernier moment, versez un peu de sauce taré. Laissez caraméliser légèrement et servez sur un bol de riz blanc.





YUZU, BIWA, UME...

L'Empire des

fruits

LA CUISINE JAPONAISE AIME SES FRUITS. TANTÔT AMERS, PARFOIS TRÈS DOUX, ELLE LES DÉCLINE À TOUTES LES SAUCES. MARIÉ AU SHOYU, LE YUZU, FAIT MERVEILLE POUR LES MARINADES TANDIS QUE L'UMEBOSHI APPORTE UNE TOUCHE ACIDULÉE À TOUS LES BENTOS SERVIS SUR L'ARCHIPEL. ENFIN, LE BIWA, ENCORE PEU CONNU EN OCCIDENT, EST SANS DOUTE L'UN DES FRUITS LES PLUS SUBTILS QU'ON PUISSE DÉGUSTER...

FLEURY

Yuzu, kabosu, sudachi, biwa, ume... Vous avez sûrement déjà goûté un ou plusieurs de ces fruits. Parfois sans même le savoir. En bouillon dans un restaurant japonais, dans une pâtisserie signée Pierre Hermé ou encore dans le pot au feu de Kei Kobayashi, la nouvelle coqueluche parisienne de la gastronomie franco-nipponne parisienne.

Passionné d'agrumes de tous horizons, Michel Bachès, est le seul dans l'hexagone à cultiver. et ce depuis plus de trente ans, « ces trésors aux saveurs de l'Orient ».

« Le yuzu est un arbre très populaire au Japon, présent dans l'archipel depuis plus de 1000 ans », explique Michel Bachès. Cet hybride de mandarine sauvage et de citrus ichangensis est incontestablement le roi des fruits japonais et sans doute, également, celui qui fait le plus

parler de lui en Occident aujourd'hui. Si c'est en Chine et au Tibet que le yuzu est né, c'est au Japon et en Corée (sous le nom de yuba) qu'il est aujourd'hui le plus cultivé. Introduit au pays du soleil levant par la dynastie Tang, il est très résistant pour un agrume et peut supporter des températures allant jusque -12° à l'âge adulte.

Le goût de cet agrume associe le cédrat, le citron, le pamplemousse et la mandarine. Sa couleur oscille du jaune au vert et sa taille est plutôt celle d'une grosse orange avec une peau très grumeleuse. Acidulé, il apporte une touche parfumée dans toute la cuisine japonaise. Par exemple, on le retrouve dans la célèbre sauce ponzu pour les viandes et poissons, dans les gâteaux ou encore en thé. Les Coréens en font une marmelade qu'il suffit, ensuite, de dissoudre dans de l'eau chaude pour obtenir une délicate infusion. Au Japon, on ne consomme pas la chair du yuzu, beaucoup trop acide, mais son zeste constitue un condiment extraordinairement puissant. Il se décline aussi en liqueur et aromatise même certaines bières comme la finlandaise Iki. Plus inattendu : son utilisation dans le domaine des produits de beauté connaît ces derniers temps un véritable boom. La très française maison Caron n'a pas hésité à donner le nom de Yuzu Man à sa dernière création es-
pérant créer ainsi rien moins que « le ■■

La cueillette de
yuzu au Japon



Un arbre à yuzu cultive
par Michel Baches

■ ■ ■ parfum d'un homme nouveau, en équilibre entre l'Orient et l'Occident »

C'est que son arôme dégage un parfum incomparable. « Je suis Japonais alors le yuzu, je l'utilise partout comme à la maison », reconnaît Kei Kobayashi. Après avoir fait ses armes auprès d'Alain Ducasse, il vient d'ouvrir son restaurant le Kei dans le 1^{er} arrondissement de Paris. Cet aventurier du goût ose tous les mariages : le pot-au-feu au yuzu, le foie-gras au yuzu. « Je suis en train de travailler sur un gâteau aux marrons et au yuzu. » Intégrer le yuzu dans le Mont-Blanc, un gâteau très traditionnel, est un pari qu'il fallait oser...

Dans son restaurant, Kei élabore une cuisine française mais fortement influencée par son « goût japonais » dont les fruits sont partie intégrante. Le yuzu arrive largement en tête de ses ingrédients fétiches. « Cet agrume apporte une note poivrée, épicée aux plats. Mais s'il me plaît tant c'est sans doute avant tout parce que c'est le parfum de mon pays... » sourit-il

Entre amertume et fraîcheur

« Ce qui est bien avec les agrumes japonais c'est qu'ils sont simples d'utilisation et que, pour la plupart d'entre eux, on peut manger la peau, explique Antoine Heera, chef du Chammarré Montmartre et du Moulin de la Galette à Paris. Ce grand chef d'origine créole ne prend même plus la peine d'indiquer sur la carte les agrumes qu'il emploie dans ses plats car, dit-il, « j'en mets tout le temps et partout. Je les ai intégrés sous de multiples formes. Dans les plats mais aussi en infusion, en décoction. Je



Dans le yuzu, on ne
mange ni la chair ni les
pépins

fais mes currys verts avec la feuille. Cela donne un petit goût herbacé que j'aime beaucoup. Je parfume des bouillons. Avec les pulpes, je fais des coulis. Je les utilise en condiments, mousselines, sorbets, macarons... » Une vraie histoire d'amour ! « Le yuzu c'est l'équilibre parfait entre le citron et la manda-

Les Japonaises utilisent aussi le yuzu en savon ou en lait corporel

rine, la balance entre l'amertume et la fraîcheur. Quant à la liqueur de yuzu on peut la comparer à certains vins allemands au goût floral et légèrement acide. »

A l'image de sa cuisine, les agrumes utilisés par Antoine Heera « invitent au voyage. J'ai eu l'occasion d'aller trois fois au Japon, le berceau

L'AUTOUISEUR DE RIZ

Panasonic

ideas for life

qui vous rend la VIE HEUREUSE



Distributeur

ESACO 112 Quai de Choisy
94600 Choisy le Roi - France
Tél: 01 48 84 85 62 Fax: 01 58 42 75 78
Web: www.esaco.fr Email: info@esaco.fr



PARIS STORE Paris 13ème

44 Avenue D'Ivry 75013 PARIS
TEL 01 44 06 88 18
FAX 01 44 06 88 08
Horaires
Du mardi au dimanche de 9h à 19h



PARIS STORE SA -
21 POINTS DE VENTE à votre service
Web: www.paris-store.com



Benedicte et Michel
Bachès

de ces agrumes d'exception (j'utilise le yuzu mais également d'autres agrumes japonais comme le sudachi, le kabosu et l'hanamatsu, entre autres) et j'ai été frappé par la finesse de la cuisine. Depuis, je recrute beaucoup de Japonais (6 au Chamarré Montmartre dont le second et 4 au Moulin). Je trouve qu'au Japon, ils ont un sens inné de l'équilibre entre fraîcheur, goûts et couleurs. »

Yuzu du diable et yuzu-fleur

Dans les jardins de Michel et Bénédicte Bachès, ces passionnés cultivent des agrumes de toutes les origines depuis trente ans. Leurs premiers yuzus ? Ils les ont rapporté du Japon. Tout comme le sudachi, ce citron très vert qui s'utilise surtout avec le poisson et les crustacés ou le kabosu très populaire sur l'île de Kyushu essentiellement utilisé en vinaigre ou marmelade.

Outre le yuzu classique, les Bachès cultivent deux variétés moins connues : le Oni yuzu ou yuzu du diable qui a une pulpe juteuse et possède une légère amertume proche du pomelo, précise Michel Bachès. Et le Hana yuzu, le yuzu fleur, un tout petit fruit proche du sudachi dont les fleurs sont utilisées pour marquer la saison dans les plats

La forte teneur en vitamine C du yuzu en fait également un aliment médicinal très apprécié l'hiver. Sous forme de sirop et dilué dans l'eau chaude, il soigne les rhumes et autres maux de

gorge. Sous forme d'huile essentielle, le yuzu purifie la peau. Les Japonaises l'utilisent sous forme de savon et de lait corporel. La tradition populaire leur suggère de prendre un bain de yuzu en plongeant les fruits directement dans l'eau chaude au moment du solstice d'hiver. Afin de bénéficier de la vigueur du fruit. Aujourd'hui encore et à travers tout le Japon, des ryokans proposent couramment un bain au yuzu. Situé tout près de Kyoto, le plus célèbre d'entre eux porte même le nom du fruit : Yuzuyaryokan.

Délicat biwa

Ce fruit porte le même nom qu'un instrument de musique japonais très ancien. Le biwa a souvent été mentionné dans la littérature chinoise ancienne comme par exemple dans les poèmes de Li Bai. Il faut dire que ce fruit est tout un art. A l'image de sa culture fine et délicate.

Le biwa est une sorte de nêfle. Sous ses allures d'abricot, sa forme est plutôt ronde mais peut parfois prendre l'apparence d'une petite poire. Sa saveur se définit entre la pêche, le citron et la mangue. Il pousse généralement sur l'île de Kyushu, au sud de l'archipel.

Avant de devenir fruit, le biwa est une fleur. Son doux parfum se répand jusqu'aux premiers jours du printemps. Afin de le protéger et de



La forme du biwa
l'instrument, rappelle
celle du fruit



Le biwa est une
sorte de nêfle

- lui permettre d'atteindre, à son rythme, la maturité nécessaire, chaque fruit est enveloppé sur l'arbre individuellement. Ainsi il se gorge de plus de jus.

Originaire de la Chine du Sud-Est, le biwa a été introduit au Japon il y a plus de 1000 ans. Tout juste cueilli de l'arbre, on peut le déguster. Il doit être pelé, puis il suffit de mordre dedans : un vrai délice. Mais attention aux cinq noyaux tendres qu'il contient, ils pourraient vous laisser un goût amer.

"La saisonnalité du biwa en fait un mets d'exception et de convoitise."

La saisonnalité du biwa en fait un mets d'exception et de convoitise. Lorsque l'heure du biwa sonne dans les rayons d'Isetan, luxueux grand magasin du quartier d'affaires de Shinjuku à Tokyo, le moment est sacré. L'écrin n'est pas celui d'un bijou mais bien celui du petit fruit à la peau de pêche. Rien n'est trop beau pour lui. Pas même la note. Pourtant salée. Comptez 450 yens les six petits fruits. Mais le miel de ce fruit vous promet l'exception.

Ume

La prune japonaise ou ume est le fruit d'un arbre appelé l'abricotier du Japon qui est un peu intermédiaire entre le prunier et l'abricotier oc-

cidental. Il était - et est toujours - beaucoup représenté dans les arts chinois. Au Japon, sa beauté délicate est surtout appréciée au moment de sa floraison qui précède de deux mois celle des cerisiers et fait, elle aussi l'objet de sorties en famille pour observer l'éclosion des jolies petites fleurs (le ohanami, littéralement : regarder les fleurs) et méditer sur l'impermanence de toute chose et notamment de la beauté.

La prune japonaise est acide et très peu sucrée. Elle sert à la fabrication des umeboshi, ces fameuses « prunes salées » que l'on commence à trouver en Europe. Les Japonais en mettent un peu partout et notamment dans les onigiri, ces boules de riz entourées d'une algue nori que l'on avale pour calmer une petite fringale. Au Japon, l'extrait d'ume est un arôme standard pour les sirops ou les bonbons. On la trouve aussi dans le vinaigre. Mais ce qui fait la réputation de l'ume reste la liqueur que l'on obtient en laissant mariner ce fruit dans le saké (voir notre reportage dans Wasabi n°xxx). Le « umeshu », la liqueur de ume, est extrêmement populaire dans les restaurants traditionnels japonais. Généralement servie avec des glaçons ou du soda.

Dans la médecine traditionnelle chinoise la prune japonaise est employée pour lutter contre les parasites et les ulcères. Elle serait également bénéfique pour le système digestif et le cœur.

Où trouver du yuzu en France :

■ Chez Michel Bachès, Mas Bachès.

Tél 04 68 96 42 91
Agrumes, comment les choisir et les cultiver facilement ? Michel et Bénédicte Bachès, Editions Jimer

■ Et sous forme de jus ou de sauces sur les sites :

www.satsuki.fr,
www.kloko.fr,
www.nishikidori-market.com

L'umeboshi possède de nombreuses vertus et on la trouve dans la médecine chinoise.



SHU : LES FRUITS EN LIQUEURS

Au Japon, on aime boire des alcools de fruits confectionnés à partir de prunes, de yuzu, de biwa ou encore d'abricots macérées dans de l'alcool de riz, pomme de terre et autres céréales, le Shochu. Ces boissons, notamment celle à base d'alcool de prunes, le « umeshu » est très populaire dans tout l'archipel. Il se boit sec, avec des glaçons ou avec du soda.

Il est de moins en moins rare de pouvoir déguster du yuzushu dans les restaurants japonais en France comme au Yuzu sushi bar de Nice qui a carrément pris le nom de l'agrume et propose, en apéritif, une sorte de « Kir » au yuzu associé à un vin blanc moelleux. Le umeshu est également disponible dans des épiceries asiatiques de la capitale.

Satomu Honda habite le quartier de Ueno, au Nord-Est de Tokyo. Comme beaucoup de japonaises, elle prépare elle-même ses alcools de fruits. Elle a bien voulu nous dévoiler sa recette maison du umeshu.

INGRÉDIENTS.

- 1 kg de Aoume
(Ume bleu, sorte de prunes japonaises)
- 700 g de sucre cristallisé
- 1,8 litre de Shôchû (40°)
- Un bocal stérilisé

■ Lavez les prunes soigneusement avec de l'eau et les laisser tremper deux heures pour ôter l'amertume.

■ Essuyez les avec un torchon et enlever ses tiges avec un pique en bois.

■ Dans un bocal stérilisé, mettre les prunes et le sucre tour à tour. Versez le Shôchû.

Gardez le tout dans un endroit sombre et frais. Idéalement une cave. De temps en temps, n'hésitez pas à remuer le bocal pour que les prunes s'imprègnent bien du sucre. Au bout de six mois, le parfum est léger. Après une année, le goût sera plus corsé. Plus vous attendrez, plus votre umeshu parviendra à maturité. ■

C'EST MA SUCRÉE À MOI!

La nouvelle sauce soja sucrée Kikkoman est fabriquée à partir de sauce soja naturellement fermentée et d'ingrédients de qualité dûment sélectionnés. Elle accompagne parfaitement le riz qu'elle vient napper. La sauce s'utilise également pour assaisonner agréablement les salades ou encore parfaitement au vinaigre et à l'huile d'olive.

www.kikkoman.fr



KIKKOMAN

Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière www.mangerbouger.fr

Où trouver wasabi ?

WASABI EST DISTRIBUÉ GRATUITEMENT DANS PRÈS DE 500 RESTAURANTS ET LIEUX JAPONAIS A PARIS ET EN PROVINCE DONT LA LISTE FIGURE CI-DESSOUS. VOUS POUVEZ ÉGALEMENT VOUS Y ABONNER OU OBTENIR D'ANCIENS NUMÉROS EN VOUS CONNECTANT SUR LE SITE WWW.WASABI.FR.

1^{er} arrondissement

| | |
|-------------------------------------------------|----------------|
| ACE GOURMET (BENTOS) | 01 47 03 94 35 |
| 18 rue Thérèse | |
| AKI | 01 42 97 34 27 |
| 1, bis rue Sainte Anne | |
| L'ARC | 01 44 47 46 97 |
| 29 rue d'Argentan | |
| ASSOC. CULTUR. FRANCO-JAPONAISE DE TENRI | |
| 8, 2, rue Barbe Poirée | 01 44 79 06 08 |
| BOULANGERIE AKI | 01 40 13 63 38 |
| 16 rue Sainte Anne | |
| COOL JAPAN (OBJETS JAPONAIS) | 01 42 90 20 85 |
| 43 rue Sainte Anne | |
| DESTINATION JAPON (VOYAGE) | 01 42 96 09 32 |
| 101 rue de la Harpe | |
| EBISU | 01 42 61 03 90 |
| 9 rue St Roch | |
| EDOKKO | 01 58 67 49 21 |
| 63 rue Saint Honoré | |
| FAMILY MARKET (ÉPICERIE) | 01 42 96 11 19 |
| 37 rue de la Harpe | |
| FOUJITA | 01 42 61 42 93 |
| 41 rue St Roch | |
| FOUJITA 2 | 01 48 26 07 79 |
| 7 rue du 29 Juillet | |
| HELLO SUSHI | 01 42 96 37 27 |
| 43, rue St Anne | |
| HIGUMA | 01 47 03 38 38 |
| 32bis, rue St Anne | |
| HIGUMA | 01 58 62 49 21 |
| 163, rue Saint Honoré | |
| JAPORAMA | 01 42 36 21 38 |
| 33, rue Etienne Méricat | |
| KAZÉ (OBJETS JAPONAIS) | 01 42 92 01 06 |
| 30 rue Balbi-Noch | |
| KILALA | 01 47 03 33 37 |
| 7 rue des Moulins | |
| KINUGAWA | 01 42 60 65 07 |
| 9, rue du Mont Thabor | |

| | |
|------------------------------------|----------------|
| KUNITORAYA | 01 47 03 33 63 |
| 38, rue Ste Anne | |
| KUNITORAYA | 01 47 03 07 74 |
| 5 rue Yleedo | |
| K MART (ÉPICERIE) | 01 42 97 34 27 |
| 4-8 rue Sainte Anne | |
| LAI LAI KEN | 01 40 13 96 00 |
| 7 rue Sainte Anne | |
| LIBRAIRIE JUNKUDO | 01 42 96 11 19 |
| 18 rue des Pyramides | |
| MATSUDA | 01 42 60 28 38 |
| 19, rue Saint Roch | |
| MATSURI RICHELIEU | 01 42 61 03 73 |
| 36 rue de Richelieu | |
| MIDORY | 01 42 97 47 30 |
| 49 rue de Arbre Sec | |
| MIYOSHI | 01 42 86 80 80 |
| 1, rue Danielle Casanova | |
| NANIWAYA | 01 40 20 43 10 |
| 1, rue Sainte Anne | |
| NODAIWA | 01 42 66 03 42 |
| 272, rue Saint Honoré | |
| OFFICE DU TOURISME JAPONAIS | |
| 4 rue Valenciennes | 01 42 96 20 29 |
| SAGANO | 01 40 41 04 45 |
| 16/12 rue des Prêcheurs | |
| SAPPORO RAMEN | 01 42 96 11 19 |
| 278, rue Saint Honoré | |
| SAPPORO RAMEN | 01 42 96 11 19 |
| 37 rue Sainte Anne | |
| SUSHI GAN | 01 42 97 44 45 |
| 41 rue des Petits Champs | |
| TAKARA | 01 42 96 08 36 |
| 14, rue Moëres | |
| TORAYA (pâtisseries) | 01 42 60 12 00 |
| 10 rue Saint-Horé | |
| VILLA TOKYO | 01 42 36 62 41 |
| 14, rue du Cygne | |
| YAKINIKU | 01 42 96 27 60 |
| 11 bis rue Sainte Anne | |

| | |
|-------------------------------------|----------------|
| YASUBE | 01 47 03 98 37 |
| 9 rue Sainte Anne | |
| YOU HEISEI | 01 42 60 33 30 |
| 11 rue Sainte Anne | |
| ZEN | 01 42 61 93 99 |
| 8 rue de l'Écluse | |
| 2^e arrondissement | |
| AAA (ÉCOLE DE JAPONAIS) | 01 42 96 11 19 |
| 3, rue de la Harpe | |
| ACE OPERA (ÉPICERIE) | 01 42 96 11 19 |
| 4, rue de la Harpe | |
| ACE MART (ÉPICERIE) | 01 42 96 11 19 |
| 4, rue de la Harpe | |
| AICHI | 01 42 96 03 31 |
| 85 rue de Richelieu | |
| BOOK OFF (librairie) | 01 42 96 11 19 |
| 10, rue de la Harpe | |
| CHEZ MIKI | 01 42 96 04 88 |
| 3 rue de Louvois | |
| COMPTOIR DU SUSHI | 01 53 40 88 88 |
| 36, 38 passage du Pont Neuf | |
| DEVANT VOUS | 01 42 96 06 27 |
| 80 rue de Richelieu | |
| EDOKKO | 01 40 07 11 81 |
| 27 boulevard des Filles du Calvaire | |
| HOKKAIDO | 01 42 60 30 85 |
| 14 rue d'Orléans | |
| JUJIYA (ÉPICERIE) | 01 42 96 11 19 |
| 8, rue de la Harpe | |
| KIM CHI | 01 42 96 33 76 |
| 5 rue de Louvois | |
| KINTARO | 01 47 42 13 14 |
| 24 rue Saint Augustin | |
| KIOKO (ÉPICERIE JAPONAISE) | 01 42 96 11 19 |
| 24, rue de la Harpe | |
| KOETSU | 01 40 13 99 90 |
| 42 rue Sainte Anne | |
| KYOTORI | 01 42 60 06 99 |
| 10 rue Chabannais | |

| | |
|---------------------------|-----------------|
| MATSU SUSHI | 01 40 28 35 06 |
| 18 rue de Turigo | |
| MICHI | 01 40 20 48 83 |
| 38 rue Sainte Anne | |
| MONDOJI | 01 47 42 844 89 |
| 9 rue de Nanvra | |
| OGURA | 01 47 42 77 79 |
| 20 rue de la Michodière | |
| OKINAWA | 01 42 96 21 88 |
| 18, rue Saint Augustin | |
| TOKYO SUSHIE | 01 45 08 15 50 |
| 37 rue Montmartre | |
| TOYOTOMI | 01 42 86 02 80 |
| 24 rue des Petits Champs | |
| VOYAGES A LA CARTE | 01 42 96 01 20 |
| 28, rue de la Harpe | |
| YAMAMOTO | 01 48 27 96 29 |
| 8 rue Chabannais | |
| YOKOSUNA | 01 45 08 52 79 |
| 2 rue Léopold Bellan | |

3^e arrondissement

| | |
|-----------------------------------|----------------|
| KAGAWA | 01 46 87 81 88 |
| 79 bis Beaumarchais | |
| TAËKO | 01 46 04 34 59 |
| 39, rue de Bretagne (marionettes) | |
| SUSHI WEST | 01 42 75 30 00 |
| 10 rue de Bretagne | |
| YOSHIGAWA | 01 46 04 35 00 |
| 84 rue St Martin | |


4^e arrondissement

| | |
|---------------------------|----------------|
| AKATSUKI | 01 42 78 71 37 |
| 13, rue des Arènes | |
| ALLO SUSHI | 01 44 61 80 73 |
| 3 rue Cloche Pelee | |
| AOYAMA | 01 42 74 53 92 |
| 22 bis rue de la Verrerie | |

• **HIGUMA** •
Spécialité de ramen




163 rue Saint Honoré
75001 Paris
Tél. : 01 58 62 49 22
Ouvert tous les jours



HANAWA

26, rue Bayard 75008 Paris
Tel : 01 5662 7070
<http://www.hanawa.fr>

Aussi, Ouvert depuis 1984
Restaurant Kinugawa
9 rue du Mont Thabor 75001 Paris
Tel : 01 4260 6507
<http://kinugawa.free.fr>



Yanase

75, rue Vasco de Gama, 75015 Paris
01 42 50 07 20
www.yanase.fr
Fermé dimanche (toute la journée)
et lundi midi



SUSHI - YAKITORI - UDON

163 rue Saint Honoré, 75001 Paris
01 58 62 49 23

Service non stop - 7 jours sur 7

SHU : LES FRUITS EN LIQUEURS

Au Japon, on aime boire des alcools de fruits confectionnés à partir de prunes, de yuzu, de biwa ou encore d'abricots macérées dans de l'alcool de riz, pomme de terre et autres céréales, le Shochu. Ces boissons, notamment celle à base d'alcool de prunes, le « umeshu » est très populaire dans tout l'archipel. Il se boit sec, avec des glaçons ou avec du soda.

Il est de moins en moins rare de pouvoir déguster du yuzushu dans les restaurants japonais en France comme au Yuzu sushi bar de Nice qui a carrément pris le nom de l'agrumes et propose, en apéritif, une sorte de « Kir » au yuzu associé à un vin blanc moelleux. Le umeshu est également disponible dans des épiceries asiatiques de la capitale.

Satomi Honda habite le quartier de Ueno, au Nord-Est de Tokyo. Comme beaucoup de japonaises, elle prépare elle-même ses alcools de fruits. Elle a bien voulu nous dévoiler sa recette maison du umeshu.

INGRÉDIENTS.

■ 1 kg de Aoume
(Ume bleu, sorte de prunes japonaises)

■ 700 g de sucre cristallisé

■ 1,8 litre de Shôchû (40°)

■ Un bocal stérilisé

■ Lavez les prunes soigneusement avec de l'eau et les laisser tremper deux heures pour ôter l'amertume

■ Essuyez les avec un torchon et enlever ses tiges avec un pique en bois.

■ Dans un bocal stérilisé, mettre les prunes et le sucre tour à tour. Versez le Shôchû. Gardez le tout dans un endroit sombre et frais. Idéalement une cave. De temps en temps, n'hésitez pas à remuer le bocal pour que les prunes s'imprègnent bien du sucre. Au bout de six mois, le parfum est léger. Après une année, le goût sera plus corsé. Plus vous attendrez, plus votre umeshu parviendra à maturité. ■

C'EST MA SUCRÉE À MOI!

La nouvelle sauce soja sucrée Kikkoman est fabriquée à partir de sauce soja naturellement fermentée et d'autres ingrédients de qualité dument sélectionnés. Elle accompagne naturellement le riz qu'elle vient napper. La sauce soja sucrée assaisonne aussi agréablement les salades ou elle se marie parfaitement au vinaigre et à l'huile d'olive.

www.kikkoman.fr



KIKKOMAN

Pour votre santé pratique une activité physique régulière www.mangerbouger.fr

Où trouver wasabi ?

WASABI EST DISTRIBUÉ GRATUITEMENT DANS PRÈS DE 500 RESTAURANTS ET LIEUX JAPONAIS A PARIS ET EN PROVINCE DONT LA LISTE FIGURE CI-DESSOUS. VOUS POUVEZ ÉGALEMENT VOUS Y ABONNER OU OBTENIR D'ANCIENS NUMÉROS EN VOUS CONNECTANT SUR LE SITE WWW.WASABI.FR.

1^{er} arrondissement

| | |
|-------------------------------------------------|----------------|
| ACE GOURMET (BENTOS) | 01 47 03 94 35 |
| 18 rue Thérèse | |
| AKI | 01 42 97 34 27 |
| 1, bis rue Sainte Anne | |
| L'ARC | 01 44 47 46 07 |
| 29 rue d'Argentan | |
| ASSOC. CULTUR. FRANCO-JAPONAISE DE TENRI | |
| 8, 2, rue Barbe Poirée | 01 44 79 06 08 |
| BOULANGERIE AKI | 01 40 13 63 38 |
| 16 rue Sainte Anne | |
| COOL JAPAN (OBJETS JAPONAIS) | 01 42 90 20 85 |
| 43 rue Sainte Anne | |
| DESTINATION JAPON (VOYAGE) | 01 42 96 09 32 |
| 101 rue de la Harpe | |
| EBISU | 01 42 61 03 90 |
| 0 rue St Roch | |
| EDOKKO | 01 58 67 49 21 |
| 63 rue Saint Honoré | |
| FAMILY MARKET (ÉPICERIE) | 01 42 96 11 19 |
| 37 rue de la Harpe | |
| FOUJITA | 01 42 61 42 03 |
| 41 rue St Roch | |
| FOUJITA 2 | 01 48 26 07 75 |
| 7 rue du 29 Juillet | |
| HELLO SUSHI | 01 42 96 37 27 |
| 43, rue St Anne | |
| HIGUMA | 01 47 03 38 38 |
| 32bis, rue St Anne | |
| HIGUMA | 01 58 62 49 21 |
| 163, rue Saint Honoré | |
| JAPORAMA | 01 42 36 21 38 |
| 33, rue Etienne Marcel | |
| KAZÉ (OBJETS JAPONAIS) | 01 42 92 01 06 |
| 30 rue Balbi-Roch | |
| KILALA | 01 47 03 33 37 |
| 7 rue des Moulins | |
| KINUGAWA | 01 42 60 65 07 |
| 9, rue du Mont Thabor | |

| | |
|------------------------------------|----------------|
| KUNITORAYA | 01 47 03 33 63 |
| 38, rue Ste Anne | |
| KUNITORAYA | 01 47 03 07 74 |
| 5 rue Yleedo | |
| K MART (ÉPICERIE) | 01 42 97 34 27 |
| 4-8 rue Sainte Anne | |
| LAI LAI KEN | 01 40 13 96 00 |
| 7 rue Sainte Anne | |
| LIBRAIRIE JUNKUDO | 01 42 96 11 19 |
| 18 rue des Pyramides | |
| MATSUDA | 01 42 60 28 38 |
| 19, rue Saint Roch | |
| MATSURI RICHELIEU | 01 42 61 03 73 |
| 36 rue de Richelieu | |
| MIDORY | 01 42 97 47 30 |
| 49 rue de Arbre Sec | |
| MIYOSHI | 01 42 86 80 80 |
| 1, rue Danielle Casanova | |
| NANIWAYA | 01 40 20 43 10 |
| 1, rue Sainte Anne | |
| NODAIWA | 01 42 66 03 42 |
| 272, rue Saint Honoré | |
| OFFICE DU TOURISME JAPONAIS | |
| 4 rue Valenciennes | 01 42 96 20 29 |
| SAGANO | 01 40 41 04 45 |
| 16/12 rue des Prêcheurs | |
| SAPPORO RAMEN | 01 42 96 11 19 |
| 278, rue Saint Honoré | |
| SAPPORO RAMEN | 01 42 96 11 19 |
| 37 rue Sainte Anne | |
| SUSHI GAN | 01 42 97 44 45 |
| 41 rue des Petits Champs | |
| TAKARA | 01 42 96 08 36 |
| 14, rue Moitte | |
| TORAYA (pâtisseries) | 01 42 60 12 00 |
| 10 rue Saint-Horé | |
| VILLA TOKYO | 01 42 36 62 41 |
| 14, rue du Cygne | |
| YAKINIKU | 01 42 96 27 60 |
| 11 bis rue Sainte Anne | |

| | |
|-------------------------------------|----------------|
| YASUBE | 01 47 03 98 37 |
| 9 rue Sainte Anne | |
| YOU HEISEI | 01 42 60 33 30 |
| 11 rue Sainte Anne | |
| ZEN | 01 42 61 93 99 |
| 8 rue de l'Écluse | |
| 2^e arrondissement | |
| AAA (ÉCOLE DE JAPONAIS) | 01 42 96 11 19 |
| 3 rue de la Harpe | |
| ACE OPERA (ÉPICERIE) | 01 42 96 11 19 |
| 4 rue de la Harpe | |
| ACE MART (ÉPICERIE) | 01 42 96 11 19 |
| 4 rue de la Harpe | |
| AICHI | 01 42 96 03 31 |
| 85 rue de Richelieu | |
| BOOK OFF (librairie) | 01 42 96 11 19 |
| 10 rue de la Harpe | |
| CHEZ MIKI | 01 42 96 04 58 |
| 3 rue de Louvois | |
| COMPTOIR DU SUSHI | 01 53 40 88 88 |
| 36, 38 passage du Pont Neuf | |
| DEVANT VOUS | 01 42 96 06 27 |
| 80 rue de Richelieu | |
| EDOKKO | 01 40 07 11 81 |
| 27 boulevard des Filles du Calvaire | |
| HOKKAIDO | 01 42 60 30 85 |
| 14 rue d'Orléans | |
| JUJIYA (ÉPICERIE) | 01 42 96 11 19 |
| 80 rue de la Harpe | |
| KIM CHI | 01 42 96 35 76 |
| 5 rue de Louvois | |
| KINTARO | 01 47 42 13 14 |
| 24 rue Saint Augustin | |
| KIOKO (ÉPICERIE JAPONAISE) | 01 42 96 11 19 |
| 24 rue de la Harpe | |
| KOETSU | 01 40 13 99 90 |
| 42 rue Sainte Anne | |
| KYOTORI | 01 42 60 06 99 |
| 10 rue Chabannais | |

| | |
|---------------------------|-----------------|
| MATSU SUSHI | 01 40 28 35 06 |
| 18 rue de Turigo | |
| MICHI | 01 40 20 48 83 |
| 38 rue Sainte Anne | |
| MONDOJI | 01 47 42 844 89 |
| 9 rue de Nanvra | |
| OGURA | 01 47 42 77 79 |
| 20 rue de la Michodière | |
| OKINAWA | 01 42 96 21 88 |
| 18 rue Saint Augustin | |
| TOKYO SUSHIE | 01 45 08 15 50 |
| 37 rue Montmartre | |
| TOYOTOMI | 01 42 86 02 80 |
| 24 rue des Petits Champs | |
| VOYAGES A LA CARTE | 01 42 96 01 20 |
| 28 rue de la Harpe | |
| YAMAMOTO | 01 48 27 96 29 |
| 8 rue Chabannais | |
| YOKOSUNA | 01 45 08 52 79 |
| 2 rue Léopold Bellan | |

3^e arrondissement

| | |
|-------------------------------------------------|----------------|
| KAGAWA | 01 46 87 81 88 |
| 79 bis Beaumarchais | |
| TAËKO | 01 46 04 34 59 |
| 39, rue de Bretagne (marion des Enfants rouges) | |
| SUSHI WEST | 01 42 75 30 00 |
| 10 rue de Bretagne | |
| YOSHIGAWA | 01 46 04 35 00 |
| 64 rue St Martin | |


4^e arrondissement

| | |
|---------------------------|----------------|
| AKATSUKI | 01 42 78 71 37 |
| 13, rue des Arthéres | |
| ALLO SUSHI | 01 44 61 80 73 |
| 3 rue Cloche Pelee | |
| AOYAMA | 01 42 74 53 92 |
| 22 bis rue de la Verrerie | |

• **HIGUMA** •
Spécialité de ramen



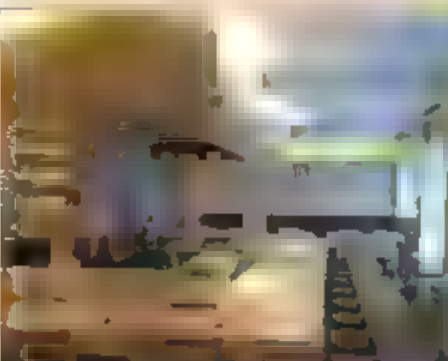
163 rue Saint Honoré
75001 Paris
Tél. : 01 58 62 49 22
Ouvert tous les jours



HANAWA

26, rue Bayard 75008 Paris
Tel : 01 5662 7070
<http://www.hanawa.fr>

Aussi, Ouvert depuis 1984
Restaurant Kinugawa
9 rue du Mont Thabor 75001 Paris
Tel : 01 4260 6507
<http://kinugawa.free.fr>



Yanase

75, rue Vasco de Gama, 75015 Paris
01 42 50 07 20
www.yanase.fr
Fermé dimanche (toute la journée)
et lundi midi



SUSHI - YAKITORI - UDON

163 rue Saint Honoré, 75001 Paris
01 58 62 49 23

Service non stop - 7 jours sur 7

| | |
|-------------------------------------|----------------|
| BISTRO TOKYO | 01 42 72 11 11 |
| 20 rue des Lombards | |
| IKAT (OBJETS JAPONAIS) | 01 48 04 53 34 |
| 38 rue François Miron | |
| ISAMI | 01 40 46 06 07 |
| 4, quai d'Orléans | |
| KIMONOYA (OBJETS JAPONAIS) | 01 48 87 30 24 |
| 1 rue du Pont Louis-Philippe | |
| KYO | 01 42 72 36 48 |
| 9 rue de la Verrerie | |
| KUROCHIKU (OBJETS JAPONAIS) | 01 42 77 44 63 |
| 30 rue de l'Hôtel de ville | |
| MINORI | 01 44 75 07 68 |
| 4 rue de la Cloche percée | |
| MIYAKODORI (OBJETS JAPONAIS) | 01 42 78 23 11 |
| Impasse Guerninee | |
| SUN | 01 48 04 89 88 |
| 4 bd de Sébastopol | |
| LE PALAIS DES THÉS | 01 48 87 60 60 |
| 04 rue Vieille du Temple | |
| SUSHI PARADIS | 01 42 78 00 53 |
| 7 rue François Miron | |
| TAKADKA | 01 42 74 79 98 |
| 76, quai de l'Hôtel de ville | |
| TAKIMI | 01 42 77 43 82 |
| 24 rue Vieille du Temple | |

5^e arrondissement

| | |
|-------------------------------------|----------------|
| ASIA TEE | 01 43 38 38 80 |
| 47 rue de la Montagne Ste Geneviève | |
| EDOGAWA | 01 47 07 68 39 |
| 43 rue Mouton | |
| INAGIKU | 01 43 54 70 07 |
| 4 rue de Montreuil | |
| LENGUÉ | 01 48 33 75 10 |
| 3 rue de la Perche neuve | |
| SASHIMI BAR | 01 43 54 37 08 |
| 4 rue des Poissés St Jacques | |
| SOLA | 01 43 29 50 04 |
| 12 rue de l'Hôtel Colbert | |
| YOULIN | 01 43 26 05 32 |
| 3 rue Voltaire | |

6^e arrondissement

| | |
|-----------------------------------|----------------|
| AZABU | 01 48 33 72 03 |
| 3 rue André Malraux | |
| ITADAKI | 01 43 28 88 23 |
| 64 rue Monsieur le Prince | |
| HANAFUSA | 01 43 26 30 29 |
| 4, passage de la petite boucherie | |
| JAPOTORI | 01 43 28 00 54 |
| 41 rue Monsieur le Prince | |

| | |
|-----------------------------|----------------|
| KIM'S ORIENT EXTREME | 01 43 40 82 27 |
| 4 rue Bernard Palissy | |
| KYOTORI | 01 43 34 48 44 |
| 61 rue Monsieur le Prince | |
| MANDARINE SUSHI | 01 42 22 23 21 |
| 32 rue St Placide | |
| OTO OTO | 01 42 22 21 76 |
| 6 rue du Sabot | |
| SHU | 01 46 34 23 88 |
| 8 rue Suger | |
| SUSHI HOUSE | 01 43 23 44 83 |
| 30 rue Dauphine | |
| TOKUGAWA | 01 42 22 32 90 |
| 48 bd du Montparnasse | |
| TOKYUTORI | 01 55 42 02 38 |
| 15 rue Monsieur le Prince | |
| TSUKIZI | 01 43 34 63 19 |
| 2 bis rue des Ciseaux | |
| YEN | 01 43 44 11 18 |
| 22 rue St Benoît | |
| YUSHI | 01 44 07 03 11 |
| 8 rue des Ciseaux | |

7^e arrondissement

| | |
|-------------------------|----------------|
| AIDA | 01 43 06 14 18 |
| 1 rue Pierre Laroche | |
| ARIDO | 01 47 33 74 48 |
| 208 rue de Grenelle | |
| MAISON DU SUSHI | 01 43 31 34 34 |
| 44 avenue Bosquet | |
| MATSURI | 01 45 51 24 24 |
| 74 rue du Bac | |
| MIYAKO | 01 47 03 41 83 |
| 121 rue de Valenciennes | |
| YUZU | 01 47 03 28 84 |
| 33 rue de Valenciennes | |

8^e arrondissement

| | |
|---------------------------------|----------------|
| ASIAN | 01 58 88 11 00 |
| 30 avenue Georges V | |
| LE BAR A SUSHI (NOUVEAU) | 01 43 22 43 33 |
| 50 rue de Valenciennes | |
| CHAJIN (THÉ JAPONAIS) | 01 33 39 03 24 |
| 24 rue Prochaine | |
| HANAWA | 01 56 62 70 70 |
| 28 rue Bayard | |
| HYOTAN | 01 42 23 26 78 |
| 3 rue d'Artois | |
| TAISHO KEN LAMEN | 01 43 61 09 78 |
| 27 rue du Colisée | |
| JIPANGUE | 01 43 63 17 00 |
| 96 rue La Boétie | |



Spécialité de ramen
et de gyoza

**28, Rue Sainte-Anne,
Paris 1^{er}**

Tél. : 01 49 26 09 82



| | |
|-------------------------------|----------------|
| KAKYO | 01 47 22 71 06 |
| 7 rue Crapeyron | |
| KIMAGAWA | 01 47 63 08 07 |
| 4 rue Saint Philippe du Roule | |
| KIYOMIZU | 01 45 63 08 07 |
| 4 rue St Philippe du Roule | |
| KONOHANA | 01 43 62 15 64 |
| 1 bis rue Jean Mermoz | |
| NEW KYOTO | 01 33 04 07 90 |
| 6, rue Corvetto | |
| KYOTO ST LAZARE | 01 42 93 35 13 |
| 5 rue de l'Ély | |
| MATSURI | 01 48 62 30 14 |
| 24 rue Mouton | |
| NAKA | 01 42 58 05 04 |
| 40, rue de Ponthieu | |
| OKAME | 01 48 22 85 03 |
| 235, Rue du Fg Saint Honoré | |
| PLANET SUSHI | 01 33 30 03 03 |
| 87 rue de Valenciennes | |
| SUSHI JAPÔ | 01 44 90 80 61 |
| 30 rue de Valenciennes | |
| YAKI KOCIN | 01 43 59 31 88 |
| 97 rue de Valenciennes | |
| YAMAICHI | 01 43 67 19 04 |
| 9 rue de l'Ély | |

9^e arrondissement

| | |
|-------------------------|----------------|
| CAFÉ PENINSULE | 01 47 70 33 03 |
| 13 rue du Fg Montmartre | |
| FUJI SUSHI BAR | 01 48 74 36 83 |
| 6 rue de Valenciennes | |

| | |
|------------------------------|----------------|
| FUJI YAKI | 01 42 81 34 25 |
| 20 rue Henri Mariniel | |
| HOTARU | 01 48 78 33 74 |
| 18 rue Rodier | |
| IZAAKI | 01 53 16 43 48 |
| 35 rue Lafayette | |
| KIDAYA | 01 45 28 12 65 |
| 5 rue Lafayette | |
| KIKU | 01 44 83 02 30 |
| 58 rue Richer | |
| KUSHI YAKI | 01 48 70 03 24 |
| 4 rue de Valenciennes | |
| MATSUSAKA | 01 48 00 94 04 |
| 16 rue Montyon | |
| MOMOKA | 01 40 10 19 09 |
| 5 rue Jean-Baptiste Pigalle | |
| SAKURAYA | 01 47 70 34 41 |
| 3, rue Orange-Batelière | |
| SUSHI BOUBOU | 01 48 78 84 80 |
| 32 rue Maubeuge | |
| SUSHI YAKI | 01 42 48 11 77 |
| 1 bis rue Blais | |
| TOKKI | 01 43 23 13 80 |
| 10 rue de la Bouteille rouge | |
| TONEGAWA | 01 42 65 20 18 |
| 8 rue Godot de Maurey | |
| YAMAMURA | 01 48 00 90 18 |
| 1, rue Bergère | |

10^e arrondissement

| | |
|---------------------|----------------|
| ESPACE JAPON | 01 47 00 77 47 |
| 12 rue de Nancy | |

OTO-OTO
PARIS TOKYO

6 rue de Valenciennes 75006 Paris

01 42 22 21 56

www.oto-oto.net

Ferme le samedi et le dimanche

SUSHI - TEMPIRA - UDON





NODAIWA

Paris Tokyo

Spécialité d'anguilles grillées,
une tradition japonaise

272, rue Saint-Honoré 75001 Paris

01 42 86 03 42



JIPANGUE

96 rue La Boétie 75008 PARIS

01 43 63 77 00

Udon-suki, Shabu-shabu,
Suki-yaki et Sushi

Ferme samedi midi et dimanche



le bar SUSHI

ENFIN UNE AUTHENTIQUE SUSHIYA
JAPONAISE AUX BATIGNOLLES !

55 bd des Batignolles, Paris 8^e

Tel : 01 45 22 43 55

| | |
|----------------------------------|----------------|
| NISHIKURA | 01 40 22 99 98 |
| 12, rue du Faubourg Poissonnière | |
| QISHI SUSHI | 01 40 30 14 12 |
| 38 rue Louis Blanc | |
| PILOUM | 01 42 00 11 00 |
| 20 rue Auber | |
| SUSHI SAKE | 01 40 38 37 85 |
| 247 rue du Fbg St Martin | |
| TOKIOYAKI | 01 40 07 67 81 |
| 231 rue du Fbg St Martin | |
| VILLA FUJI | 01 40 34 20 88 |
| 210 rue Lafayette | |
| WAKO | 01 40 07 08 88 |
| 208 bis, rue Lafayette | |
| YAMADA | 01 40 07 01 88 |
| 188, rue du Fbg St Martin | |

11^e arrondissement

| | |
|-------------------------------|----------------|
| CENTRE FRANCO JAPONAIS | 01 43 48 00 38 |
| passage Japotel | |
| KAMPEI | 01 43 48 17 08 |
| 103 bd Voltaire | |
| KINOH | 01 40 23 44 89 |
| 113, rue St Maurice | |
| KINOSUZU | 01 40 09 10 32 |
| 19, rue de la Roquette | |
| KYOBASHI | 01 53 36 73 34 |
| 117 rue St Maurice | |
| NOMIJI | 01 40 08 14 72 |
| 20 rue Davel | |
| NAKAGAWA | 01 47 00 82 38 |
| 3 rue Saint-Hubert | |
| NAOKO | 01 43 37 08 88 |
| 5 rue Guillaume Bertrand | |
| PLANET SUSHI | 01 03 30 08 05 |
| 2-4 rue Richard Lenoir | |
| SAKURA | 01 43 38 74 92 |
| 48, rue de la Roquette | |

SNF FRANCE (ÉCOLE)

| | |
|------------------------|----------------|
| 77 bd Requin Lenoir | 01 43 38 38 03 |
| SUKIYAKI | 01 40 23 04 18 |
| 12, rue de la Roquette | |
| SUNO VILLAGE | 01 43 30 92 79 |
| 9 rue de Charonne | |
| TOYAMA | 01 43 06 13 11 |
| 109 bd de Charonne | |
| YAKIDAI | 01 40 21 82 38 |
| 41 rue de la Roquette | |

12^e arrondissement

| | |
|---------------------------------|----------------|
| GBIZA | 01 43 45 61 06 |
| 1 rue Corbinaud | |
| HAYASHI | 01 43 48 85 78 |
| 20 cours de Vincennes | |
| IZAKAYA | 01 48 28 93 88 |
| 28 rue de Lyon | |
| KOCHIYAKI | 01 43 41 38 84 |
| 3, rue Enard | |
| MIKACHI | 01 43 40 39 31 |
| 92 cours de Vincennes | |
| ROBATA | 01 43 07 68 79 |
| 89, rue Claude Decaen | |
| SAMOURAI | 01 43 07 02 30 |
| 12, rue Emilio Castelar | |
| SUSHIVILLA | 01 43 48 66 05 |
| 216, rue du Faubourg St Antoine | |
| TIB'S | 01 44 73 13 13 |
| 310 rue de Charonne | |
| YEKO | 01 43 43 82 18 |
| 104 av. Daumesnil | |

13^e arrondissement

| | |
|-----------------------------|----------------|
| BIG STORE (ÉPICERIE) | 01 44 24 28 88 |
| 81 Avenue d'Ivry | |

| | |
|------------------------------|----------------|
| ISHIKAWA | 01 33 79 12 76 |
| 40 rue Albert | |
| IZU | 01 43 31 87 31 |
| 7 rue Vintimille | |
| JAPONICA | 01 40 86 86 82 |
| 8, avenue de Choisy | |
| MAKI SUSHI TOKYO | 01 45 44 34 41 |
| 44, rue de Tolbiac | |
| MATSUYAMA | 01 45 88 22 18 |
| 11 13 bd Auguste Blanqui | |
| SAMOURAI | 01 43 82 88 88 |
| 42 avenue de la Porte d'Ivry | |
| TOKYO OSAKA | 01 44 34 38 48 |
| 207 avenue de Choisy | |
| TORI ICHI | 01 43 84 80 68 |
| 42 rue Louise Weiss | |

14^e arrondissement

| | |
|------------------------|----------------|
| ATSUMI | 01 43 27 08 83 |
| 24 rue de la Belle | |
| GOZA | 01 43 20 43 34 |
| 30 rue Daguerre | |
| HASHIMOTO | 01 43 43 79 38 |
| 46, rue Didot | |
| HOSHI | 01 43 27 18 21 |
| 11, rue de la Belle | |
| KIMURA | 01 43 42 33 15 |
| 38, rue Fernand | |
| PAN SUSHI | 01 40 44 00 87 |
| 147 av. de Ménil | |
| SUBHORA | 01 45 42 79 78 |
| 113, rue Didot | |
| SUSHI GOZEN | 01 40 47 30 01 |
| 20 rue Desbordes | |
| TOMBO | 01 42 22 61 83 |
| 14, rue de l'Arrière | |
| TORICHO | 01 43 21 29 97 |
| 47 rue du Montparnasse | |
| YAMATO | 01 43 20 16 34 |
| 144 bd de Montparnasse | |

15^e arrondissement

| | |
|--------------------------------------|----------------|
| ARISTO MONTMARTRE | 01 42 22 01 00 |
| 20, rue de l'Armée | |
| BENKAY | 01 40 58 21 28 |
| 61 quai de Grenelle | |
| CULTURE JAPON (BOUTIQUE) | 01 43 79 92 00 |
| 101 bis quai Brandy | |
| EURO-MART (ÉPICERIE) | 01 45 77 42 77 |
| 17 avenue Emile Zola | |
| HI MART (ÉPICERIE) | 01 43 75 37 44 |
| 21 bis rue Saint-Charles | |
| JAPAN SUSHI EXPRES | 01 43 67 88 01 |
| 145, rue de Valenciennes | |
| JUGOYA | 01 43 79 83 88 |
| 85, rue des Entrepreneurs | |
| KAISEKI SUSHI | 01 40 34 48 80 |
| 7 bis, rue André Lafont | |
| KANAE (superette) | 01 36 36 77 80 |
| 142 rue Lecourbe | |
| KITO KITO (NOUVEAU) | 01 47 34 12 08 |
| 43 rue Melchior Peignier | |
| K-MART (ÉPICERIE) | 01 43 37 36 33 |
| 354 rue Lecourbe | |
| KOKUMI | 01 47 83 21 97 |
| 121 rue de Valenciennes | |
| KOTUKI | 01 43 32 67 38 |
| 20, rue Gramme | |
| KUNCHAPAI | 01 40 08 78 31 |
| 168 rue Saint-Charles | |
| LÉGENDE DU JAPON | 01 40 86 14 11 |
| 166 rue Saint-Charles | |
| MAISON DE LA CULTURE DU JAPON | 01 44 37 90 00 |
| 101 bis quai Brandy | |
| MATCHAN | 01 43 77 83 30 |
| 33, rue du Théâtre | |

| | |
|---------------------------|----------------|
| NANA-YA (ÉPICERIE) | 01 43 24 48 |
| 81 av. Alsace | |
| NEPPON SUSHI | 01 45 28 38 28 |
| 2 rue Leriche | |
| NOMIYA | 01 40 43 9 91 |
| 6 rue d'Aueray | |
| OKAYAMA | 01 45 78 80 01 |
| 17 rue de Courcelles | |
| OSAKA VOULLE | 01 43 31 35 28 |
| 40, rue de Valenciennes | |
| SAMURAI SUSHI | 01 43 75 29 00 |
| 26 rue Tiphaine | |
| TAGAWA | 01 43 70 93 2 |
| 37 bis, rue Rougemont | |
| TAKI | 01 45 79 42 28 |
| 34, rue du Docteur Finlay | |
| TOKYO SUSHI | 01 43 71 08 98 |
| 28 rue Lacordaire | |
| YAMATO | 01 43 79 03 80 |
| 83 rue des Entrepreneurs | |
| YANASE | 01 42 50 07 20 |
| 75, rue Vasco de Gama | |
| WASABI | 01 43 38 38 14 |
| 89 rue de la Croix Nivert | |

16^e arrondissement

| | |
|----------------------------|----------------|
| AKASAKA | 01 42 88 77 88 |
| 8, Rue Maccoy | |
| COMME DES POISSONS | 01 45 20 70 37 |
| 34 rue de la Tour | |
| GO SUSHI | 01 45 20 67 00 |
| 32 av. Mozart | |
| HISADA (FROMAGERIE) | 01 42 88 34 30 |
| 17 rue La Marais | |
| JUAN | 01 47 27 43 51 |
| 144 rue de la Pompe | |
| KURA | 01 43 38 18 32 |
| 36 rue de Boulangerie | |
| MATSURI | 01 42 24 08 83 |
| 2 rue de Passy | |
| MATSURI | 01 47 27 08 38 |
| 119 121 avenue Victor Hugo | |
| MIYAGAWA | 01 43 27 0 83 |
| 11 bis av. de Valenciennes | |
| OKUYO | 01 46 51 28 84 |
| 10, rue Chancel | |
| OSAKA | 01 43 20 80 21 |
| 1 rue Journeval | |
| OZU | 01 40 88 25 80 |
| 2 av. des Nations Unies | |
| SUSHI GOURMET | 01 43 37 08 02 |
| 1 rue de l'Assommoir | |
| SUSHI WEST | 01 43 03 00 00 |
| 12, rue de Longchamp | |



Yuzu Sushi Bar

Specialité : poissons de la Méditerranée
35 rue Marechal Joffre Nice 06000

04 93 85 79 87

Ouvert du mar au sam
www.yuzu-sushi.com



MATSUBA

Restaurant Barbecue coréen, japonais
37 avenue Corentin Cariou, 75019 Paris

01 40 34 42 92

Ouvert tous les jours
De 11h45 à 14h30 et 18h30 à 23h00

| | |
|---------------------|----------------|
| TAMPOPO | 01 47 27 74 02 |
| 86 rue Lavoisier | |
| YUSHI 18 | 01 47 04 08 20 |
| 70 rue de Longchamp | |

17^e arrondissement

| | |
|-------------------------------|----------------|
| AYAME | 01 42 27 98 00 |
| 10 rue Rannequin | |
| CHEZ VI (SALON DE THÉ) | 01 47 31 40 88 |
| 27 rue Bayen | |
| ISUMO | 01 47 64 36 27 |
| 47/51 rue des Acacias | |
| KANNO | 01 43 27 80 03 |
| 6 rue Coudré-Lerby | |
| KIFUNE | 01 45 72 10 |
| 44 rue Saint-Ferdinand | |
| MAKO | 01 44 09 89 03 |
| 19 av. Mac Mahon | |
| MIYAKO SUSHI | 01 44 83 53 00 |
| 103, rue Legendre | |
| NAGANO | 01 46 88 81 53 |
| 117 rue de Tocqueville | |
| NAKAMURA | 01 40 35 86 72 |
| 23 rue Bay | |
| NAOKO | 01 40 08 08 78 |
| 11 rue Biot | |
| SHINANO | 01 43 72 80 78 |
| 8, rue Belduc | |
| SHOGUN SUSHI | 01 43 80 72 88 |
| 39 rue Cardinet | |

さつき
Epicerie japonaise
en ligne

www.satsuki.fr

| | |
|------------------------------|----------------|
| SOLEIL LEVANT | 01 48 58 02 75 |
| 57 rue de Tocqueville | |
| SOLEIL LEVANT | 01 45 74 21 85 |
| 4 rue Troyon | |
| SUSHI BA | 01 42 83 11 00 |
| 88 rue des Dames | |
| SUSHI NAMI | 01 42 27 14 22 |
| 35, rue Laugier | |
| SUSHI WADA | 01 44 09 29 19 |
| 19, rue de l'Arc de Triomphe | |
| SUSHI WEST | 01 42 27 30 00 |
| 1, rue Jouffroy d'Abbans | |
| SUSHI YAKITORI | 01 48 95 97 89 |
| 110, rue Legendre | |
| THE DE YI | 01 45 74 16 18 |
| 27 rue Bayen | |
| TIB'S | 01 45 72 03 59 |
| 51 rue Bayen | |
| YAMATO | 01 43 87 87 35 |
| 15, bd des Batignolles | |
| ZENZAN | 01 53 51 00 75 |
| 4, rue Brey | |

18^e arrondissement

| | |
|----------------------------------|----------------|
| ASUKA | 01 42 55 50 91 |
| 145, rue Marcadet | |
| ENISHI | 01 42 57 32 14 |
| 67 rue Label | |
| FUQU | 01 42 23 11 11 |
| 112, rue Lamarck | |
| GUILO GUILO | 01 42 54 23 92 |
| 8 rue Garreau | |
| JUN KOU KO | 01 42 58 86 30 |
| 78 rue des Martyrs | |
| KEIKO | 01 48 06 41 25 |
| 145 rue Ordener | |
| KINTARO | 01 42 57 27 97 |
| 108 bd. Rochechouart | |
| MIYAZAKI | 01 42 29 16 71 |
| 2 rue Legros | |
| MANEKI NEKO (ASSOCIATION) | 01 42 84 32 78 |
| 1 bis rue Garreau | |
| NAOKO | 01 53 41 64 33 |
| 3, rue des Abbesses | |
| SAKANA | 01 55 28 05 35 |
| 48 bd de Clichy | |
| SUSHI AKASHI | 01 44 90 00 68 |
| 5 rue Forest | |
| TOKYO | 01 42 54 31 12 |
| 40 rue Custirie | |

19^e arrondissement

| | |
|-----------------------|----------------|
| MATSUBA | 01 40 34 42 92 |
| 37 av. Cornilén Carou | |
| MINOWA CONCEPT | 01 42 38 98 24 |
| 11, rue de la Vilette | |
| NAKAGAWA | 01 42 08 43 22 |
| 9 rue Lemaire | |

| | |
|---------------------|----------------|
| PRÊT À CUIRE | 01 42 49 88 03 |
| 7 rue des Fêtes | |
| SUSHI YA | 01 42 82 83 82 |
| 12, rue Pradier | |

20^e arrondissement

| | |
|-----------------------|----------------|
| ASAHU | 01 43 38 78 27 |
| 35 rue de Belleville | |
| SAPPORO | 01 43 73 88 70 |
| 152 bd de Charonne | |
| SUSHI BAN | 01 42 41 28 08 |
| 153 rue de Belleville | |
| TAKUCHI | 01 47 97 03 88 |
| 7, rue de Cher | |

Boulogne-Billancourt

| | |
|-------------------------|----------------|
| SAIKU | 01 46 86 38 38 |
| 38 av. Edouard-Vaillant | |
| SHIKI | 01 47 61 94 22 |
| 33 rue Gallieni | |

Levallois-Perret

| | |
|----------------------|----------------|
| SUSHI LAND | 01 41 06 07 34 |
| 68 rue Louise Michel | |

Issy-les-Moulineaux

| | |
|---------------------|----------------|
| SUSHI KEN | 01 46 42 38 18 |
| 12 rue Ernest Renan | |

Neuilly-sur-Seine

| | |
|------------------------------|----------------|
| MATSURI | 01 46 24 59 82 |
| 15, avenue Charles de Gaulle | |

PROVINCE

SUD

AGEN

| | |
|----------------------|----------------|
| OSAKA | 05 53 86 31 78 |
| 38, bd Byvairn Duran | |

AIX EN PROVENCE

| | |
|--------------------------------|----------------|
| GEISHA SUSHI EXPERIENCE | 04 42 20 30 88 |
| 53 Cours Mirabeau | |
| KYO SUSHI (A EMPORTER) | 06 50 61 30 50 |
| 300 rue Berthelet | |
| NIJI EXPRESS | 04 42 26 14 74 |
| 51 Rue d'Italie | |
| NIKKI SUSHI | 04 42 28 37 03 |
| 49 bd Carnot | |
| SUSHIKA | 04 42 27 39 01 |
| 23 rue de la Colonne | |
| YAMATO | 04 42 35 00 20 |
| 21 av. des Belges | |
| YAMASUSHI | 04 42 39 92 50 |
| 9 rue d'Italie | |

| | |
|--------------------|----------------|
| YOJI | 04 42 38 48 78 |
| 7, av. Victor Hugo | |

AUBAGNE

| | |
|-------------------------|----------------|
| MOST OF SUSHI | 04 42 32 91 61 |
| 85 rue de la République | |

CANNES

| | |
|---------------------|----------------|
| EDO SUSHI | 04 93 98 40 38 |
| 14 rue Mace | |
| FUJI CANNES | 04 93 39 00 31 |
| 17, rue Notre Dame | |
| O'SUSHI | 04 93 85 28 23 |
| 12 rue des Baigues | |
| SUSHIKAN | 04 93 39 08 13 |
| 5 RUE FLOREAN | |
| TOKYO CANNES | 04 93 68 92 21 |
| 1, bd Victor Tuby | |

CASSIS

| | |
|------------------------|----------------|
| UNIVERSAL SUSHI | 04 42 05 27 91 |
| 11 av. Viguerie | |

CLERMONT FERRAND

| | |
|------------------------|----------------|
| MAIKO | 04 73 90 78 85 |
| 63 rue du Port | |
| SANTOOKA | 04 73 31 33 45 |
| 13 Rue Saint Dominique | |
| LE SUSHI CAFÉ | 04 73 31 33 43 |
| 21 rue des Vallards | |

HYERES

| | |
|-------------------------|----------------|
| YOKOSÔ | 04 94 23 41 77 |
| 18 rue du Soldat Farnet | |

MARSEILLE

| | |
|---------------------------------------|----------------|
| CAFÉ SUSHI | 04 91 33 78 87 |
| 23 bd Paul Peytral | |
| KIM DO | 04 91 34 00 08 |
| 4 rue Capazza | |
| LA VILLA | 04 91 71 21 11 |
| 113 rue Jean Mermoz | |
| SHABU SHABU | 04 91 34 15 00 |
| 30 rue de la Paix | |
| SUSHI MOTO | 04 91 78 29 71 |
| 30 bd Baille | |
| SUSHI STREET CAFÉ | 04 91 54 17 90 |
| 34 bd Notre-Dame | |
| SU | 04 91 32 22 27 |
| 28, rue Bir Hakem (Galerie Lafayette) | |
| WASAB'ART SUSHI | 04 91 47 69 40 |
| 21 rue du docteur Escal | |
| ZEN PRADO | 04 91 53 00 09 |
| 80 av. du Prado | |

MARTIGUE

| | |
|-------------------|-----------------|
| SUKI SUSHI | 04 942 42 05 42 |
| 14 Bd Jean Zay | |



OBENTO YOSHIYA

Livraison au bureau le midi
(voir zones sur le site)

www.obento-yoshiya.com

ou à emporter
ouvert du lundi au vendredi

Centre Commercial La Tramontane
311 chemin de la Draille du Marbre
34170 CASTELNAU LE LEZ
Tel : 04.67.40.27.49

MONACO

| | |
|---------------------------|--------------------|
| CAPOSUSHI | 00.377.93.25.58.52 |
| 8 impasse de la Fontaine | |
| FUJI MONACO | 00.377.93.30.40.11 |
| 4 impasse Madame | |
| MAYA BAY SUSHI BAR | |
| 24 av. Princesse Grace | 00.377.97.70.74.67 |
| MY SUSHI | 00.377.97.70.67.67 |
| 2 rue des Orangers | |

MONTPELLIER

| | |
|--------------------------------------------------------|----------------|
| LE SUSHI BAR | 04 99 77 06 06 |
| 30 rue Bernard Deltieux | |
| OBENTO YOSHIYA | 04 07 40 7 49 |
| 311 chemin de la Draille du Marbre CASTELNAU LE LEZ | |
| SAKURA | 04 07 15 14 32 |
| 65 av. Samuel Champlain | |
| SUSHI BOAT | 04 07 92 00 37 |
| 12 rue de Verdun | |

NICE

| | |
|---------------------------------|----------------|
| AMADA | 04 93 62 00 81 |
| 17, rue Tondu de l'Escalène | |
| JUN NICE | 04 93 85 47 78 |
| 47, rue Gioffredo | |
| HOME SUSHI & SASHIMI | 04 93 55 37 37 |
| 3, rue de Creste | |
| HOT POT | 04 93 82 35 34 |
| 6 rue d'Alsace Lorraine | |
| KAMOGAWA | 04 93 86 73 86 |
| 18 rue de la Bufile | |
| MA YUCCA | 04 93 88 39 84 |
| 26 rue de la Bufile | |
| MY SUSHI | 04 93 02 16 32 |
| 18, cours Salaya | |



Famille d'accueil au Japon !

Découvrez le Japon en logeant dans une famille d'accueil !

7 nuits en 1/2 pension pour 370€

Agence de voyage spécialisée dans le Japon

Voyages à la Carte 01 42 96 91 20

48, rue Sainte-Anne 75002 PARIS (ATTN ! Au fond de la cour)
Métro : Pyramides, Quatre Septembre, <http://www.voyages-a-lacarte.fr>



Nishikidori Market

Tous les produits traditionnels de la gastronomie japonaise

Nous avons sélectionné pour vous les meilleurs produits japonais qui, dans leur extraordinaire simplicité, valoriseront à merveille vos créations culinaires et les laisseront s'exprimer dans toutes leurs diversités.

Tel. +33 (0)2 40 83 33 99
contact@nishikidori-market.com

www.nishikidori-market.com

● D'SUSHI 04 03 02 02 43
30 Avenue Jean Médecin
● SAISON 04 03 03 00 04
17 rue Gambetta
● YUZU SUSHI BAR (NOUVEAU) 04 03 03 70 07
35 rue Maréchal Joffre
● LE ZEN 04 03 02 41 20
27 rue d'Angleterre

● PAU
● WASABI'S 05 00 27 00 00
2 place Clemenceau
● PERPIGNAN
● ONEDETO 04 00 01 20 20
12, Avenue Général Leduc

● RAMATUELLE
● NIKKI BEACH 04 94 79 02 04
Route de l'Épi

● TOULOUSE
● L'ASSIETTE JAPON 05 01 21 00 01
28 rue Peyrolères
● HINODE 05 01 21 01 20
17, rue d'Austerlitz
● JAPAN 05 01 22 03 05
0 rue de l'Éclair
● JAPOYAKI 05 01 13 00 00
11, rue d'Austerlitz
● SHUN 05 01 00 30 20
30, rue Bachelier
● SUSHI KAN 05 01 11 22 07
24 av. du URSS
● SUSHI OHISHI 05 01 23 00 20
13 Rue De L'Alsace Lorraine
● SUSHIYA 05 01 23 17 71
3 place du Peyrou
● SUSHI YAKI 05 01 12 00 00
3, rue Ste Ursule

● SOLLIES-VILLE
● BÔ SUSHI 06 20 14 02 02
RN 07

OUEST

● BIARRITZ
● LE SUSHI LAND 05 00 32 00 00
9 av. de la Reine Victoria

● BORDEAUX
● CAFE JAPONAIS 05 06 40 00 00
22, rue St Siméon
● LE KIMONO 05 06 70 23 30
22 rue Ferdinand Philippiart
● LE SHOGUN 05 06 30 00 12
100 bis cours du Médan
● MOSHI MOSHI 05 06 70 22 01
8 place Ferdinand Latorque

● BREST
● HINOKI 02 00 43 23 00
6 Rue des Onze Martyrs

● CAEN
● COSY SUSHI 02 01 70 71 00
3 rue du Valguedu
● MIYAKO 02 01 34 77 03
13, rue St Michel

● CHALLANS
● OBJECTIF ZEN 02 01 03 20 70
11 place Aristide Briand

● CHARTRES
● SHOGUN 02 37 36 07 10
8, rue Dr Michel Gilbert

● LA BAULE
● LE CAFE BOULLU 02 40 23 14 14
22 pl. du Maréchal Leduc

● LA ROCHELLE
● FUJYAMA 05 00 41 21 20
23 quai Gabut

● NANTES
● NOW SUSHI 02 40 74 10 10
32 bis, rue Fourni
● TAÏ SHOGUN 02 40 40 00 07
6 bis quai François Mitterrand
● TOKYO 02 40 00 02 04
14 rue de la Juiverie

● QUIMPER
● ABALONE SUSHI 02 98 04 30 01
17 Halls St François

● RENNES
● FUJI 02 00 30 12 00
8, rue Dervai
Contour de St Germain
● MIZUNA 02 00 70 10 00
3 rue d'Argentré
● SAKURA 02 00 70 11 00
1 rue Saint Louis
● SIMPLY SUSHI 02 00 70 10 33
2 rue Jules Simon

● SAINT-BRIEUC
● NIGUI SUSHI 02 00 42 11 39
4 place du Guesclin

● SAINT-MALO
● TAKICHI 02 03 10 20 20
3 rue Alphonse Thébaud
● TAMPOPO 02 00 40 07 30
5 place de la Polonnaiserie

● SOTTEVILLE-LES-ROUEN
● WASABI 02 03 03 41 02
34 bis Place de l'Hôtel de Ville

● SOUSTONS
● SUSHI NORI 06 70 30 20 22
22 rue du 8 mai 1945

EST

● ANNECY
● O SUSHI 04 50 43 01 02
2 rue Louis Ravon

● CHAMBERY
● YAMAMO 04 70 00 07 07
87, rue Ste Rose

● DIJON
● SUSHI BAR 03 80 00 00 00
7 rue Michalel

● GRENOBLE
● HOKKAIDO 04 70 04 10 70
Rue Diodore Raboult
● KYOTO 04 70 04 00 01
1, place du Charnayran (La Tronche)
● OSAKA 04 70 43 20 40
1 rue Colbert
● SAPPORO 04 70 03 02 43
64, cours Jean Jaurès
● LE SAKÉ 04 70 07 40 00
29 rue Condorcet

● LYON
● BO SUSHI 01 00 00 00 00
81 rue Duguesclin



www.sushiboutique.fr

● CHEZ FYFY 04 72 41 01 22
6 rue des Maconniers
● GOMAN ETSU 04 70 30 31 01
11 rue Lantier
● MATSURI 04 70 27 03 00
7 rue de la Fromagerie (1^{er})
● MATSURI 04 37 24 74 00
100 cours Lafayette (5^e)
● MATSURI 04 72 00 00 00
80, rue de St Cyr
● NEO SUSHI
Centre Commercial de la Part-Dieu
● NOBORU 04 70 42 30 70
20 rue Henri Germain
● SOLEIL LEVANT 04 70 00 04 37
204 rue Garibaldi
● SUSHIDO 04 70 02 70 35
100 rue Cuvier
● SUSHI KING 04 70 71 04 43
Centre commercial de Lyon Part-Dieu
● SUSHI & SUSHIS 06 11 07 24 24
40 Rue de Gerland
● TEPPANYAKI 04 72 00 00 00
11 quai Romain Rolland
● CHEZ TERRA 04 70 00 00 04
01 rue Du Duesclie

● SAINT ETIENNE
● KYOTO 04 77 21 74 20
8, rue des Martyrs de Vigne

● METZ
● OSAKA METZ 03 87 30 00 00
32 bis rue Dupond des Loges

● MULHOUSE
● TOKYO MULHOUSE 03 00 04 11 10
102 rue de Bale

● REIMS
● MATSURI SUSHI 03 20 00 10 10
9, rue de Châtillais
● TOKYO SARL 03 20 00 00 00
61, place d'Enon

● STRASBOURG
● FUJYAMA 06 10 00 02 12
10 rue des Vaux
● MIKADO 03 88 21 07 20
11 quai Tuckelheim
● MOOZE 03 88 22 00 00
1 rue de la Demi Lune

● VITTEL
● LE COMPTOIR 03 20 00 00 00
204 rue de Verdun

NORD

● LILLE
● JOMON 03 20 30 00 00
4 rue de la Rapine

Machine à sushis "SUKETTO"

Tout le savoir-faire des maîtres-sushis dans un coffre compact : un concentré de technologie pour un riz toujours à bonne température.



 **SUZUMO**

www.suzumo.co.jp

Faites confiance en l'expertise du numéro un mondial des fabricants de machines à sushis.

Showroom : Société Santop - 4, rue Chabanaïs 75002 PARIS
Tél : 01.42.96.90.64 - Fax : 01.47.84.02.75 - Courriel : santop@free.fr

EDOKKO

江戸っ子

NOS NOUVEAUX MENUS



Sushis à comptoir tournant

27, Boulevard des Italiens, 75002 Paris
Tél : 01 40 07 11 81
Ouvert de 12h00 à 00h00



Dégustez nos sushis, yakitori et nouilles japonaises jusqu'à minuit !



100% RIZ BIO

DANS LES RESTAURANTS MATSURI, LE RIZ EST
ISSU À 100% DE L'AGRICULTURE BIOLOGIQUE,
PAR RESPECT DE LA TERRE ET DE VOTRE
SANTÉ | WWW.MATSURI.FR



matsuri